

**TESIS DOCTORAL  
POR COMPENDIO DE PUBLICACIONES**

**Forgiveness as a protective factor among adolescents in bullying  
and cyberbullying contexts:  
Examining the impact on psychological adjustment**

El perdón como recurso protector de los adolescentes en contextos  
de acoso y ciberacoso:  
análisis de los efectos sobre indicadores de ajuste psicológico

**Autora - Author**

Cirenia Luz Quintana Orts

**Directora - Ph.D. Supervisor**

Dra. Lourdes Rey Peña

Programa de Doctorado en Psicología

Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico

Facultad de Psicología

Universidad de Málaga


**Málaga, 2019**





UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

AUTOR: Cirenía Luz Quintana Orts

 <http://orcid.org/0000-0001-7470-2345>

EDITA: Publicaciones y Divulgación Científica. Universidad de Málaga



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 4.0 Internacional:

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode>

Cualquier parte de esta obra se puede reproducir sin autorización  
pero con el reconocimiento y atribución de los autores.

No se puede hacer uso comercial de la obra y no se puede alterar, transformar o hacer obras derivadas.

Esta Tesis Doctoral está depositada en el Repositorio Institucional de la Universidad de Málaga (RIUMA): [riuma.uma.es](http://riuma.uma.es)



**Forgiveness as a protective factor among adolescents in bullying  
and cyberbullying contexts:  
Examining the impact on psychological adjustment**

Cirenia Luz Quintana Orts



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

Dra. Lourdes Rey Peña, profesora titular del Dpto. de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico de la Universidad de Málaga,

### HACE CONSTAR QUE

El trabajo de investigación realizado y presentado por la doctoranda Dña. Cirenía Luz Quintana Orts que he dirigido con el título: **"FORGIVENESS AS A PROTECTIVE FACTOR AMONG ADOLESCENTS IN BULLYING AND CYBERBULLYING CONTEXTS: EXAMINING THE IMPACT ON PSYCHOLOGICAL ADJUSTMENT"**, reúne, en mi valoración, todos los indicios de calidad y rigor científico exigidos para ser defendido ante la Comisión Académica que se propone, en orden a ser evaluado y juzgado para la obtención del título de Doctor por la Universidad de Málaga con Mención Internacional. La doctoranda ha seguido un proceso de formación adecuado, habiendo desarrollado su trabajo dentro del grupo Recursos Personales Positivos, Bienestar y Salud en Contextos Aplicados de la Universidad de Málaga (CTS1048), en el marco del Proyecto de Investigación financiado en convocatoria pública competitiva (PPIT.UMA.B1.2017/23). Finalmente, hago constar que los cuatro artículos que conforman esta tesis por compendio de artículos no han sido utilizados en tesis precedentes. Por todo lo anterior, como directora del trabajo de investigación realizado por Cirenía Luz Quintana Orts, autorizo se inicien los trámites para la defensa y evaluación de esta tesis por compendio de artículos ante la Comisión Académica del Programa de Doctorado en Psicología.

Málaga, 20 de Mayo de 2019

Firma de la directora



Fdo.: Lourdes Rey Peña



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

## Agradecimientos

A **Lourdes**, gracias por tu orientación y supervisión en este trabajo y, en especial, por tu dedicación, cariño, paciencia y sabios consejos en este viaje lleno de obstáculos y de esfuerzos. Toda mi admiración por tus incontables fortalezas tanto dentro como fuera de la investigación, y por haberlas compartido conmigo. Gracias por tu actitud positiva, tu sonrisa y enseñarme siempre tantas cosas que me ayudarán no sólo a nivel profesional, sino también personal. Me he sentido muy afortunada de estar acompañada en este viaje por una persona como tú.

A todo mi grupo de investigación, porque con vosotros empezó este viaje. A **Natalio, Nico y Sergio** por sus ideas, consejos, ambición y numerosas fortalezas que han aportado siempre un matiz positivo al desarrollo de esta tesis. A **Natalio** por su apoyo emocionalmente inteligente, por todos sus sabios consejos y por hacerme siempre un hueco cuando más lo he necesitado. A **Nico** por su meticuloso trabajo y por su constancia en el trabajo que me han servido de inspiración en todo momento. Y al **resto de compañeros del grupo**, a todos y todas por acompañarme en esta aventura, no sólo con buenos momentos sino con grandes recuerdos que seguro van a seguir aumentando en estos años. Siempre estaré eternamente agradecida por todo lo que he podido aprender y por lo que crezco profesional y personalmente en este grupo, donde de verdad se aplican las teorías de fortalezas y recursos personales positivos en el día a día.

A mis **padres y mi hermana** por vuestro apoyo y vuestras palabras cuando más se necesitaban. Incluso estando lejos me habéis ayudado a recordar siempre quién soy y por qué inicié este camino. Y, aunque muchas veces no entendíais este mundo de la investigación, gracias por vuestra paciencia y vuestra escucha. En especial a mi padre, **Gilberto**, y a mi madre, **Pepi**, por haberme enseñado los valores más importantes que me

han ayudado a ser quien soy y de que hoy haya podido firmar esta tesis doctoral. Gracias por enseñarme el valor del esfuerzo, la paciencia, el perdón, el amor y la perseverancia.

Gracias también a **mi otra familia de Málaga**, la **piña**, también por estar siempre ahí para apoyarme y por compartir alegrías y novedades, a veces no tan buenas, pero siempre como una piña. A **Inés** por ser mi otra madre, por su cariño y todas las cosas que ha hecho y hace por mí. A **Alicia** por ser otra hermana para mí, por su apoyo incondicional, confianza y escucha. A toda la **piña**, por recordarme en este viaje que a veces es necesario parar y descansar antes de continuar con energías renovadas.

En especial a **Sergio**, por ser compañero de aventuras y desaventuras de esta larga travesía y de la vida. Gracias por tu generosidad, por estar en las caídas y por tu ayuda cuando me vuelvo a levantar. Porque siempre estás ahí cuando más lo necesito, y porque contigo estoy descubriendo y viviendo los momentos más felices y bonitos de esta vida. Gracias por aparecer en mi vida y por acompañarme en este camino. Soy muy afortunada de tener a alguien tan especial como tu a mi lado. Gracias por ayudarme a crecer y ser mejor día a día, mejor persona, mejor investigadora y mejor docente.

A **todos mis amigos y amigas**, por todo su apoyo y ánimo, por ayudarme a despejarme y a ver las dificultades como retos. A mis **antiguos alumnos** del conservatorio que han impulsado mi deseo por la docencia y por conocer y aprender más para continuar ayudando a otros niños y adolescentes.

A **Félix** por facilitarme una agradable estancia. Gracias por tu inestimable tiempo y las tertulias a mitad de la tarde, no sólo científicas, pero siempre acompañadas de un buen descafeinado.

Finally, heartfelt thanks for the valuable evaluation of this dissertation as international expert reviewers. Thanks to the thesis committee for all the effort they invested in the assessment of this work during these three years.





UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

# ÍNDICE

	Presentación de publicaciones que avalan la tesis doctoral	1
<b>Chapter 1</b>	<b>1. Introducción general</b>	<b>7</b>
<b>[Capítulo 1]</b>	1.1. <i>Bullying</i> y <i>cyberbullying</i>	7
	1.1.1. Naturaleza y características	7
	1.1.2. Prevalencia	10
	1.1.3. Consecuencias	13
	1.2. El perdón como factor personal de protección contra el <i>bullying</i> y el <i>cyberbullying</i>	15
	1.2.1. Conceptualización del perdón	16
	1.2.2. Beneficios del perdón	20
	1.2.3. El papel protector del perdón en situaciones de acoso escolar	21
<b>Chapter 2</b>	<b>2. Metodología y plan de trabajo</b>	<b>27</b>
<b>[Capítulo 2]</b>	2.1. Objetivos	27
	2.2. Materiales y métodos	30
<b>Chapter 3</b>	<b>3. Publications included in thesis [Artículos incluidos como compendio de publicaciones]</b>	<b>33</b>
<b>[Capítulo 3]</b>	Study 1: The relationship between forgiveness, bullying and cyberbullying in adolescence: A systematic review	
	Study 2: Forgiveness, depression, and suicidal behavior in adolescents: Gender differences in this relationship	
	Study 3: Traditional bullying, cyberbullying and mental health in early adolescents: Forgiveness as a protective factor of peer victimisation	

---

Study 4: Forgiveness and cyberbullying in adolescence: Does willingness to forgive help minimize the risk of becoming a cyberbully?

<b>Chapter 4</b>	<b>4. Resultados globales y discusión</b>	<b>119</b>
<b>[Capítulo 4]</b>	4.1. Resultados globales	119
	4.2. Discusión general	124
	4.2.1. Perdón y variables de ajuste psicológico	125
	4.2.2. Perdón y comportamientos agresivos	128
	4.2.3. Limitaciones y futuras líneas de investigación	130
	4.2.4. Implicaciones prácticas	132
<b>Chapter 5</b>	<b>5. English Summary and General Conclusions [Resumen en inglés y conclusiones generales]</b>	<b>139</b>
<b>[Capítulo 5]</b>	5.1. Introduction	139
	5.1.1. Bullying and cyberbullying	139
	5.1.2. Forgiveness as a protective personal factor against bullying and cyberbullying	143
	5.2. Aims and Method	150
	5.2.1. Aims	150
	5.2.2. Method	152
	5.3. Results and General Discussion	153
	5.3.1. Results	153
	5.3.2. General discussion	155
	5.4. General Conclusions	162
	References [Referencias]	165

---

### **Presentación de publicaciones que avalan la tesis doctoral**

La presente Tesis Doctoral, de acuerdo con la normativa vigente de la Universidad de Málaga y el informe correspondiente, autorizado por la Directora de Tesis y la Comisión de Doctorado de la Universidad de Málaga, se presenta como un compendio de cuatro publicaciones. Se incluyen tres estudios publicados y un artículo en segunda revisión para su publicación, que ha formado parte del cuerpo general de la investigación llevada a cabo para esta tesis. Las referencias completas de los artículos que constituyen el cuerpo de la tesis son las siguientes:

1. Quintana-Orts, C., Rey, L., & Worthington, E. L., Jr. (in press) [en prensa]. The relationship between forgiveness, bullying and cyberbullying in adolescence: A systematic review. *Trauma, Violence, & Abuse*.
2. Quintana-Orts, C. & Rey, L. (2018). Forgiveness, depression, and suicidal behavior in adolescents: Gender differences in this relationship. *The Journal of Genetic Psychology*, 79(2), 85-89.  
<https://doi.org/10.1080/00221325.2018.1434478>
3. Quintana-Orts, C. & Rey, L. (2018). Traditional bullying, cyberbullying and mental health in early adolescents: Forgiveness as a protective factor of peer victimisation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(11), 2389.  
<https://dx.doi.org/10.3390/ijerph15112389>
4. Quintana-Orts, C., & Rey, L. (2018). Forgiveness and cyberbullying in adolescence: Does willingness to forgive help minimize the risk of becoming a cyberbully? *Computers in Human Behavior*, 81, 209-214.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.12.021>

La Tesis Doctoral que se presenta a continuación se enmarca dentro del Proyecto de Investigación (PPIT.UMA.B1.2017/23) y ha contado con el informe favorable del comité ético de la Universidad de Málaga (62-2016-H). Parte de los resultados de esta tesis han sido presentados en los siguientes congresos y jornadas:

<p>TÍTULO: Rompiendo el ciclo de violencia en la adolescencia: el perdón como factor protector frente al acoso, incluida dentro del Simposio titulado "Recursos personales positivos y su rol en diferentes indicadores de funcionamiento socio-emocional en la enseñanza secundaria y superior"</p> <p>AUTORES: Cirenía Quintana-Orts y Lourdes Rey Peña</p>
<p>DENOMINACIÓN DEL EVENTO: IX Congreso Internacional de Psicología y Educación</p> <p>LUGAR DE CELEBRACIÓN: Universidad de la Rioja (Logroño)</p> <p>FECHA DE PARTICIPACIÓN: 21/06/2018 - 23/06/2018</p> <p>ENTIDAD/GRUPO ORGANIZADOR: Universidad de la Rioja y Asociación Científica de Psicología y Educación</p> <p>TIPO DE PARTICIPACIÓN: Comunicación Oral</p>

<p>TÍTULO: "El perdón como moderador de la relación entre victimización y depresión: ¿Hasta dónde perdonar?"</p> <p>AUTORES: Quintana-Orts, Cirenía L.; Rey Peña, Lourdes</p>
<p>DENOMINACIÓN DEL EVENTO: 3<sup>rd</sup> International Congress of Clinical and Health Psychology on Children and Adolescents.</p> <p>LUGAR DE CELEBRACIÓN: Centro de Convenciones del Hotel Meliá Sevilla</p> <p>FECHA DE PARTICIPACIÓN: Del 16 al 18 de noviembre 2017</p> <p>ENTIDAD/GRUPO ORGANIZADOR: Grupo de investigación AITANA de la Universidad Miguel Hernández</p> <p>TIPO DE PARTICIPACIÓN: Póster científico</p>

<p>TÍTULO: "¿El perdón en adolescentes víctimas de ciberacoso minimiza la tendencia a convertirse en ciberacosador?"</p> <p>AUTORES: Quintana-Orts, Cirenía L.; Rey Peña, Lourdes</p>
<p>DENOMINACIÓN DEL EVENTO: 3<sup>rd</sup> International Congress of Clinical and Health Psychology on Children and Adolescents.</p> <p>LUGAR DE CELEBRACIÓN: Centro de Convenciones del Hotel Meliá Sevilla</p> <p>FECHA DE PARTICIPACIÓN: 16/11/2017 (Del 16 al 18 de noviembre 2017)</p> <p>ENTIDAD/GRUPO ORGANIZADOR: Grupo de investigación AITANA de la Universidad Miguel Hernández</p> <p>TIPO DE PARTICIPACIÓN: Comunicación oral</p>

TÍTULO: "El perdón como elemento protector de los adolescentes ante las consecuencias del bullying y cyberbullying"
AUTORES: Quintana-Orts, Cirenía L.; Rey Peña, Lourdes
DENOMINACIÓN DEL EVENTO: II Jornadas de Estudiantes del Programa de Doctorado en Psicología
LUGAR DE CELEBRACIÓN: Facultad de Psicología de la Universidad de Málaga
FECHA DE PARTICIPACIÓN: 21/06/2017
ENTIDAD/GRUPO ORGANIZADOR: Programa de Doctorado en Psicología, Universidad de Málaga
TIPO DE PARTICIPACIÓN: Comunicación oral

TÍTULO: "Beyond forgiveness and suicidal behaviour in adolescence: the moderating role of gender"
AUTORES: Quintana-Orts, Cirenía L.; Mérida López, Sergio; Rey Peña, Lourdes
DENOMINACIÓN DEL EVENTO: 6th International Congress on Emotional Intelligence
LUGAR DE CELEBRACIÓN: Faculty of Psychology and Education Sciences of the University of Porto
FECHA DE PARTICIPACIÓN: 22/07/2017
ENTIDAD/GRUPO ORGANIZADOR: International Society of Emotional Intelligence
TIPO DE PARTICIPACIÓN: Póster científico

TÍTULO: "El papel predictor del perdón ante el suicidio en adolescentes"
AUTORES: Quintana-Orts, Cirenía, L.; Rey Peña, Lourdes
DENOMINACIÓN DEL EVENTO: III Congreso Nacional de Psicología
LUGAR DE CELEBRACIÓN: Palacio de Exposiciones y Congresos Ciudad de Oviedo (PEC)
FECHA DE PARTICIPACIÓN: 04/07/2017
ENTIDAD/GRUPO ORGANIZADOR: Consejo General de la Psicología de España
TIPO DE PARTICIPACIÓN: Póster científico

TÍTULO: "El papel del perdón en el desajuste psicológico de los adolescentes víctimas de acoso escolar: una revisión sistemática"
AUTORES: C. Quintana-Orts, S. Mérida López, L. Rey Peña y N. Extremera Pacheco
DENOMINACIÓN DEL EVENTO: II Jornadas de Investigadores en Formación: Fomentando la interdisciplinariedad
LUGAR DE CELEBRACIÓN: Universidad de Granada
FECHA DE PARTICIPACIÓN: 17/05/2017
ENTIDAD/GRUPO ORGANIZADOR: Escuela Internacional de Posgrado y Universidad de Granada
TIPO DE PARTICIPACIÓN: Comunicación Oral



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA



# CHAPTER 1

## [CAPÍTULO 1]

### INTRODUCCIÓN GENERAL

#### 1. Introducción general

##### 1.1. *Bullying* y *cyberbullying*

###### 1.1.1. Naturaleza y características

###### 1.1.2. Prevalencia

###### 1.1.3. Consecuencias

##### 1.2. El perdón como factor personal de protección contra el *bullying* y el *cyberbullying*

###### 1.2.1. Conceptualización del perdón

###### 1.2.2. Beneficios del perdón

###### 1.2.3. El papel protector del perdón en situaciones de acoso escolar



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

## 1. Introducción

### 1.1. *Bullying* y *cyberbullying*

A finales de la década de los setenta surgieron los primeros estudios centrados en el fenómeno del acoso escolar (también conocido como acoso tradicional o acoso cara-a-cara; en inglés, *bullying*, *tradicional bullying or face-to-face bullying*) (Heinemann, 1972; Olweus, 1978), la mayoría de estos en países nórdicos. Con el tiempo este fenómeno adquirió visibilidad social y mediática, extendiéndose el interés científico por otras regiones y países. En España se llevó a cabo la primera investigación sobre *bullying* a finales de los 80 en la Comunidad de Madrid (Vieira, Fernández y Quevedo, 1989). Sin embargo, fue en el año 1999 cuando se realizó el primer estudio que abarca al conjunto de Comunidades Autónomas, con una muestra de 3.000 participantes de 300 centros de Educación Secundaria Obligatoria (E.S.O.) (Defensor del Pueblo, 2000), en el que se evaluó la prevalencia de trece tipos de conductas violentas, entre ellas el acoso escolar. A partir de los resultados de estas primeras investigaciones y del creciente número que se derivó, existe una progresiva concienciación sobre la identificación, comprensión y prevención de los comportamientos y consecuencias del acoso escolar por parte de diferentes ámbitos científicos, educativos, políticos, sanitarios y sociales, así como por parte de los medios de comunicación (Zych, Ortega y Del Rey, 2015a, 2015b). En nuestros días este interés y preocupación social por la relevancia que tienen este tipo de agresiones en los centros educativos se ve reflejado en el incremento de las investigaciones sobre la prevalencia, las características, y todo tipo de factores relacionados con la prevención del acoso escolar y de las consecuencias que sufren los individuos implicados. Estos estudios presentan como objetivo conocer mejor el fenómeno para elaborar instrumentos eficaces de intervención (Garaigordobil y Oñederra, 2008).

#### 1.1.1. Naturaleza y características

El acoso tradicional o *bullying* puede definirse como el abuso de poder (i.e. social, físico o intelectual) sistemático y prolongado en el tiempo, perpetrado por una persona o un

grupo con la intención de hacer daño a una víctima en una situación menos aventajada o con escasas posibilidades de defenderse (Ortega, 2010; Smith y Brain, 2000; Zych et al., 2015a). Las principales características del acoso escolar que lo diferencian de otro tipo de agresiones son: la continuidad de la agresión a lo largo del tiempo (Ortega, 2010); la intencionalidad de hacer daño (Olweus, 1999; Smith y Brain, 2000); el esquema dominio-sumisión al existir un desequilibrio de poder en el que la víctima se encuentra en la posición menos aventajada (Del Rey y Ortega, 2007); todo ello bajo una ley del silencio (Ortega, 2010). Además de estas características, en este fenómeno intervienen numerosos factores asociados a diferentes aspectos sociocontextuales, personales, familiares, socioeconómicos, etc. (Castillo-Pulido, 2011; Llorent, Ortega-Ruiz y Zych, 2016). Debido a las características de estas agresiones, las víctimas pueden llegar a sufrir situaciones de indefensión psicológica y social con consecuencias a corto y largo plazo en su ajuste psicológico y su bienestar (Gómez-Ortiz, Ortega-Ruiz y Rodríguez-Hidalgo, 2017; Ortega, 2000).

Aunque las investigaciones han demostrado que el acoso y la victimización pueden tener lugar en diferentes edades y diversos contextos sociales (p. ej., el lugar de trabajo; Parkins, Fishbein y Ritchey, 2006), los niños y adolescentes de todo el mundo son especialmente vulnerables a este tipo de agresiones tanto en el propio contexto escolar como en el ciberespacio (Craig et al., 2009; Kowalski, Giumetti, Schroeder y Lattanner, 2014). Las conductas violentas que pueden formar parte del acoso escolar pueden ser físicas (golpes, empujones), psicológicas (las que crean inseguridad y miedo), verbales (insultos, amenazas, burlas) y sociales (exclusión del grupo, marginación) (Garaigordobil y Oñederra, 2010). Actualmente, estas conductas violentas se han extendido por el ciberespacio a través de la proliferación de las nuevas tecnologías y las redes sociales, derivando en un fenómeno conocido como ciberacoso (también conocido como acoso online o acoso cibernético; en inglés, *cyberbullying*) (Casas, 2013; Tokunaga, 2010). Este es definido como un acoso a través de las plataformas electrónicas y redes sociales (p. ej., e-mail, blogs, mensajes de texto) (Kowalski et al., 2014) que, pese a compartir una relación directa con el acoso tradicional

(Gladden, Vivolo-Kantor, Hamburger y Lumpkin, 2014), presenta características propias como la anonimidad del agresor, la rápida distribución del contenido y la incapacidad de desconexión del entorno virtual (Antoniadou y Kokkinos, 2015).

A pesar de los aspectos comunes entre el fenómeno de acoso tradicional y ciberacoso, hoy en día existe un intenso debate acerca de la conceptualización del ciberacoso, ya que algunos autores lo conciben como una modalidad de acoso escolar (Olweus, 2013), mientras que otros autores afirman que es un fenómeno nuevo y diferente teniendo en cuenta sus características específicas (Gassó, Fernández-Cruz, Montiel y Agustina, 2018; Slonje, Smith, y Frisen, 2013). Numerosos autores sugieren que el acoso tradicional y el ciberacoso son comportamientos agresivos que comparten más similitudes que diferencias, coexistiendo de manera frecuente (p. ej., Bauman y Newman, 2013; Thomas, Connor, & Scott, 2015; Zych, Ortega-Ruiz, & Del Rey, 2015b), y señalan que pueden ser aplicados diseños y programas similares de prevención e intervención para ambos fenómenos (Bauman y Newman, 2013; Thomas, Connor, & Scott, 2015). Por ello, aunque han proliferado diferentes estudios científicos sobre los factores de riesgo y protección (p. ej., Cook, Williams, Guerra, Kim, y Sadek, 2010; Hawker y Boulton, 2000; Kowalski et al., 2014), sigue existiendo la necesidad de extender el conocimiento sobre cuáles y cómo son los factores que influyen en el impacto del acoso tradicional y el ciberacoso. Otra consecuencia de este debate es la proliferación de abundantes métodos de evaluación de las estrategias y metodologías de intervención, siendo los programas contra el acoso escolar muy variados (Gaffney, Ttofi y Farrington, 2018; Vivolo-Kantor, Martell, Holland y Westby, 2014). De este modo, aunque se están llevando a cabo numerosos programas contra el acoso escolar en todo el mundo (Farrington y Ttofi, 2009; Ttofi y Farrington, 2011), no todas las propuestas son igual de efectivas y algunos factores parecen funcionar mejor que otros (Jiménez-Barbero, Ruiz-Hernández, Llor-Zaragoza, Pérez-García y Llor-Esteban, 2016; Kaufman, Kretschmer, Huitsing y Veenstra, 2018). De hecho, diferentes revisiones sistemáticas y meta-analíticas indican que los programas para prevenir o reducir el acoso han logrado un éxito limitado, y abogan por

identificar otras variables relacionadas con las habilidades sociales y emocionales que podrían disminuir o eliminar las agresiones en el contexto educativo (Egan y Todorov, 2009; Kokkinos y Kipritsi, 2012; Zych, Farrington, Llorent y Ttofi, 2017). Un mejor conocimiento de potenciales factores socioemocionales es una meta muy útil y necesaria para el avance de los estudios en el ámbito del acoso tradicional y el ciberacoso.

### 1.1.2. Prevalencia

Aunque el acoso está presente en todo el mundo, se han constatado grandes diferencias en su prevalencia según el país y la cultura de procedencia (Craig et al., 2009; Calmaestra et al., 2016). En el caso del acoso tradicional, y de acuerdo a un meta-análisis de 80 estudios, se han mostrado prevalencias en torno a un 35% de estudiantes que informan haber sido victimizados (Modecki, Minchin, Harbaugh, Guerra y Runions, 2014), siendo un fenómeno que decrece con la edad en la mayoría de países (Garaigordobil, 2018). Con respecto al ciberacoso, se han recogido prevalencias desde un 6,5% (Ybarra y Mitchell, 2004) a un 72% (Juvoven y Gross, 2008). En cuanto a la edad, se han encontrado resultados contradictorios, aunque parece demostrarse una tendencia de menores niveles de ciberacoso en la preadolescencia y aumentos entre los 14-15 años (Garaigordobil, 2018). Además, se han encontrado diferencias por sexo, siendo los chicos quienes cometen más comportamientos agresivos en general, entre un 8,6% y un 45,2%, comparados con las chicas cuyos porcentajes van desde un 4,8% a un 35,8% (Zych et al., 2015b). Estas diferencias en los índices de prevalencia se deberían a factores culturales y a los diferentes métodos de evaluación utilizados en los diferentes estudios (Garaigordobil, 2018; García-García, Ortega, De la Fuente, Zaldívar y Gil-Fenoy, 2017).

En España hay tres investigaciones que han analizado a nivel estatal los niveles de acoso escolar entre estudiantes adolescentes que han sido realizadas por: el Defensor del Pueblo-UNICEF (2000, 2007), el Centro Reina Sofía para el Estudio de la Violencia (Serrano y Iborra, 2005) y los profesores Piñuel y Oñate (2006). Estas tres investigaciones evidencian

prevalencias entre un 3% de acoso escolar (Serrano y Iborra, 2005) y un 13,42% (Piñuel y Oñate, 2006). Más recientemente, Save the Children (Calmaestra et al., 2016) ha realizado un primer estudio de ámbito estatal y autonómico con una muestra de adolescentes entre 12 y 16 años. Según este último informe, Andalucía sería la segunda comunidad autónoma con mayor porcentaje de víctimas de acoso tradicional (ver Figura 1) y se situaría a la cabeza de España en los índices de víctimas de ciberacoso (ver Figura 2). Por otro lado, con respecto al sexo de los estudiantes, se han constatado niveles de victimización de un 10,6% de las chicas para las situaciones de acoso tradicional (un 8% entre los chicos), y un 8,3% de chicas para las de ciberacoso (un 5,3% entre los chicos) (Calmaestra et al., 2016).

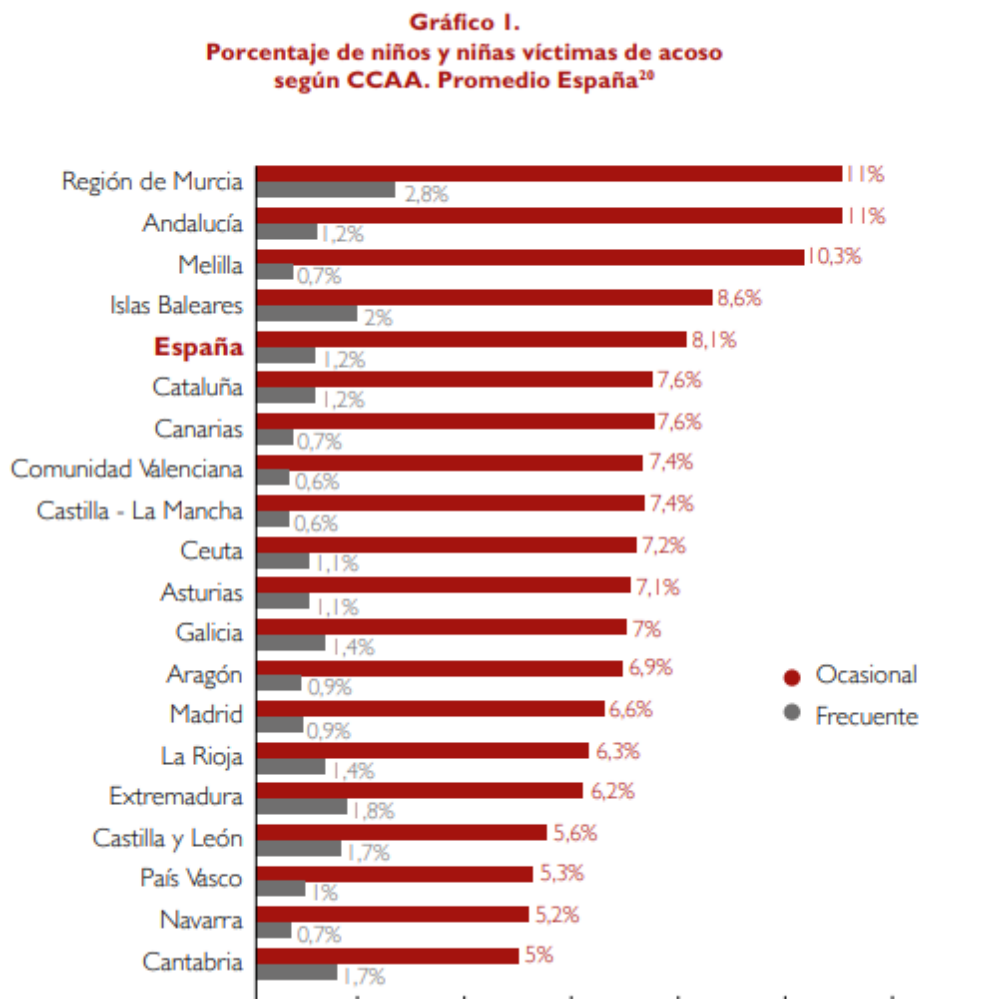


Figura 1. Porcentaje de estudiantes adolescentes víctimas de acoso tradicional según comunidad autónoma (Calmaestra et al., 2016).

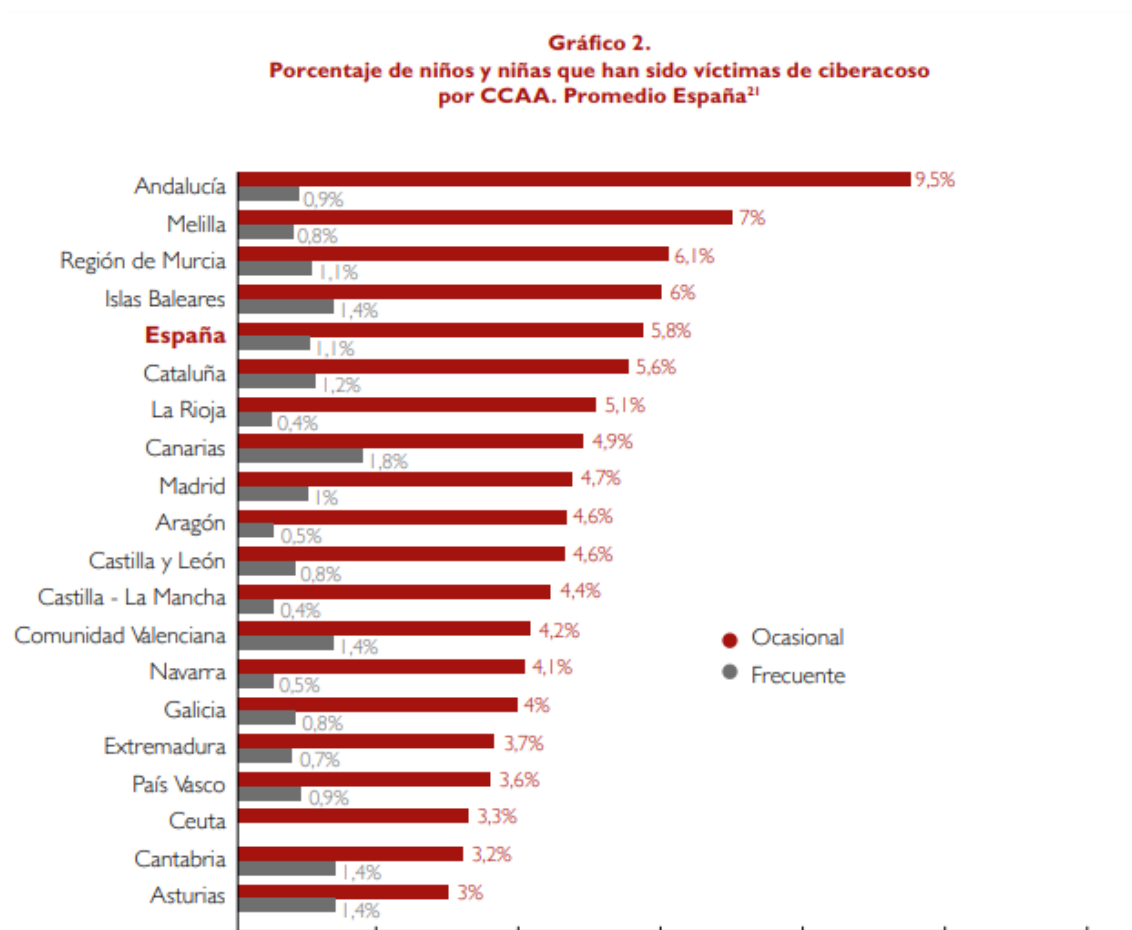


Figura 2. Porcentaje de estudiantes adolescentes víctimas de ciberacoso según comunidad autónoma (Calmaestra et al., 2016).

A pesar de que los niveles de acoso tradicional y ciberacoso en España no son elevados si se comparan con otros países, el número de estas agresiones en los institutos de secundaria sigue siendo significativo. Especialmente, Andalucía presenta niveles superiores de acoso tradicional y ciberacoso en comparación con la mayor parte del resto de comunidades autónomas. Estos niveles de agresiones conllevan importantes efectos negativos sobre la salud mental y el bienestar de los estudiantes adolescentes.



### 1.1.3. Consecuencias

Debido a su complejidad, el acoso escolar y el ciberacoso continúan siendo difíciles de reducir y estudiantes adolescentes de todo el mundo continúan sufriendo las consecuencias de la victimización. De la misma manera que ocurre con otros comportamientos agresivos, ser acosado o ciberacosado está relacionado con un amplio abanico de consecuencias a corto y largo plazo en el ajuste psicológico y emocional de las personas implicadas (Stapinski, Araya, Heron, Montgomery y Stallard, 2015; Zych et al., 2015b). En concreto, estar envuelto en el acoso escolar o en el ciberacoso en la adolescencia se relaciona con un mayor deterioro del ajuste psicológico que puede perdurar en la edad adulta (p. ej., Sigurdson, Undheim, Wallander, Lydersen y Sund, 2015). Diferentes estudios sugieren que la victimización por acoso tradicional (o victimización tradicional) y la victimización por ciberacoso (o cibervictimización) puede conllevar desajustes psicológicos como depresión, ansiedad, comportamientos e ideaciones suicidas o conductas agresivas y delictivas (Barboza, 2015; Moore, Norman, Suetani, Thomas, Sly y Scott, 2017; Sigurdson et al., 2015).

En cuanto al impacto emocional, la victimización tradicional y cibervictimización se relacionan con altos niveles de emociones negativas como enfado, miedo, tristeza, soledad, culpa o vergüenza (Ortega, Elipe, Mora-Merchán, Calmaestra y Vega, 2009) – siendo el enfado la respuesta emocional más señalada por las víctimas (Ortega et al., 2012). Estas emociones pueden afectar a las estrategias de afrontamiento adoptadas y al impacto que los comportamientos violentos van a tener sobre el ajuste psicológico de los adolescentes (Elipe, Mora-Merchán, Ortega-Ruiz, y Casas, 2015). Por ejemplo, algunas investigaciones señalan que las víctimas de acoso tradicional y ciberacoso tienen más probabilidades de verse envueltas en comportamientos agresivos y delictivos como conductas de acoso o ciberacoso (p. ej., Ak, Özdemir y Kuzucu, 2015; Barboza, 2015).

Como consecuencia de esta fuerte influencia del acoso tradicional y ciberacoso en la salud mental y el ajuste socio-emocional, los investigadores han llegado a la conclusión de que no es suficiente sólo con reducir los niveles de acoso, sino que es igualmente necesario abordar el impacto emocional de este fenómeno (Ortega et al., 2012). Investigaciones teóricas y empíricas han sugerido que factores socioemocionales como, por ejemplo, la empatía, las habilidades sociales, el perdón o la inteligencia emocional juegan un papel protector importante en el acoso tradicional y el ciberacoso (Elípe et al., 2015; Kokkinos y Kipritsi, 2012; Quintana-Orts, Rey, Mérida-López y Extremera, 2019; Zych et al., 2017). Sin embargo, la investigación en torno a factores de protección que permita desarrollar programas efectivos para prevenir la agresión y la victimización derivadas del acoso y el ciberacoso se encuentra relativamente en sus primeras etapas y son necesarios más estudios empíricos para esclarecer las complejas relaciones y los mecanismos subyacentes (Farrington y Baldry, 2010; Zych, Farrington y Ttofi, 2019).

## 1.2. El perdón como factor personal de protección contra el bullying y el cyberbullying

A pesar de los importantes avances en la investigación del acoso tradicional y ciberacoso, a día de hoy existen numerosos retos en el conocimiento e identificación de factores que influyen en la prevención. La literatura científica en torno a esta temática recoge diferentes factores protectores y de vulnerabilidad según el rol desempeñado en la situación de acoso (p. ej., víctima, acosador, víctima-acosador) (Zych et al., 2017). Sin embargo, tradicionalmente las aproximaciones e investigaciones con respecto al acoso han sido visiones “patogénicas”, centradas en atenuar los factores de riesgo y en mejorar las deficiencias de aquellos individuos susceptibles de sufrir victimización (Hinduja y Patchin, 2017). Por ello, aunque la identificación y disminución de factores de riesgo y de las deficiencias en torno al individuo han sido importantes para la prevención, es necesario un paradigma diferente no sólo enfocado a factores de vulnerabilidad. En este sentido, es importante centrar los esfuerzos en los factores de protección que los propios adolescentes presentan y pueden desarrollar para manejar situaciones estresantes, ayudando a reducir la probabilidad de experimentar situaciones de acoso (Hinduja y Patchin, 2017; Kowalski Limber y McCord, 2018). En la actualidad, la identificación de posibles factores protectores se ha convertido en uno de los objetivos principales de investigación en diferentes ámbitos científicos.

Sin menoscabo de la importancia de las diferentes aproximaciones y propuestas de intervención que ponen de manifiesto los factores de riesgo y las consecuencias negativas del acoso escolar, en las últimas décadas nuevas aproximaciones teóricas han tratado de esclarecer el papel de factores protectores individuales ante el acoso escolar (Hinduja y Patchin, 2017). De este modo, una corriente dentro de la psicología conocida como Psicología Positiva (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000), desde un modelo orientado a las fortalezas y aspectos más positivos del individuo, abre una nueva vía de investigación e intervención aún escasamente estudiada en adolescentes (Ttofi y Farrington, 2012), pero con importantes progresos empíricos en contextos de violencia entre iguales (Borkar, 2016; Hinduja y Patchin,

2017). Así, este enfoque de investigación e intervención se centra en analizar una variedad de factores individuales que podrían ser protectores cruciales ante las experiencias de acoso y ciberacoso escolar (Franks, Rawana y Brownlee, 2013; Zych et al., 2017), tanto en la inhibición de las conductas agresivas como en el impacto de sus consecuencias (Hinduja y Patchin, 2017; Kowalski et al., 2014), fomentando la consecución y el mantenimiento del bienestar (Proctor et al., 2011).

Este modelo orientado a factores protectores se centra no sólo en disminuir las experiencias de acoso en los adolescentes, sino también en el estudio de factores que ayuden a entender cómo ciertos recursos individuales proporcionan protección contra los resultados perjudiciales de ser o haber sido víctima de este tipo de transgresiones interpersonales (Hinduja y Patchin, 2017). Aunque no existe un único perfil específico de adolescentes víctimas de acoso, ciertas competencias y habilidades pueden ser aprendidas y desarrolladas para proteger a los adolescentes de convertirse en acosadores o víctimas y de las consecuencias que esto supone (Zych et al., 2017).

En las últimas décadas, desde el ámbito científico, se ha incrementado el interés por el estudio del perdón en contextos de acoso (Egan y Todorov, 2009; Hui, Tsang y Law, 2011). Desde este modelo de fortalezas, la literatura sugiere que el perdón constituye un recurso personal clave en el ámbito de los conflictos interpersonales debido a sus beneficios sobre la salud psicológica y el bienestar (p. ej., Akhtar y Barlow, 2016), así como en la reducción de comportamientos violentos y agresivos relacionados con ofensas previas (p. ej., Park, Enright, Essex, Zahn-Waxler y Klatt, 2013).

### 1.2.1. Conceptualización del perdón

El perdón (en inglés, *forgiveness*) es un constructo complejo que envuelve numerosos aspectos cognitivos, afectivos, comportamentales, motivacionales, decisionales e interpersonales (Toussaint, Worthington y Williams, 2015; Worthington y Scherer, 2004). Igualmente, la naturaleza del perdón, los tipos (p. ej., decisional o emocional; intrapersonal,

interpersonal o intergrupales) y las consecuencias, están relacionadas con diversos factores, entre los que se incluyen las características de la transgresión (p. ej., el tipo de ofensa o agresión, o la percepción de severidad del daño interpersonal), las respuestas del ofensor o el contexto relacional de la transgresión interpersonal (Neto, Pinto y Mullet, 2007; Worthington et al., 2015).

Debido a la complejidad del constructo, actualmente no existe un acuerdo universal sobre la definición del perdón. Por ello, en el estudio científico del perdón se han desarrollado una gran variedad de modelos teóricos en un intento de conceptualizarlo (Toussaint et al., 2015; Worthington y Scherer, 2004). Fundamentalmente, los modelos más utilizados en la literatura se pueden agrupar en tres categorías: modelo de estrés y afrontamiento (en inglés, *stress-and-coping model*) (Strelan, in press; Worthington, 2006), modelo de interdependencia interpersonal (en inglés, *interpersonal interdependence model*) (Finkel, Rusbult, Kumashiro y Hannon, 2002), y modelo evolutivo (en inglés, *evolutionary model*) (McCullough, 2008). Además, el perdón ha sido definido como una variable de tipo situacional (estado) o disposicional (rasgo) (Berry, Worthington, O'Connor, Parrott y Wade, 2005; Toussaint et al., 2015). Por un lado, desde la perspectiva situacional, el perdón hace referencia a una respuesta específica ante una transgresión interpersonal, un ofensor o la propia ofensa. Por otro lado, desde la aproximación disposicional, el perdón o capacidad de perdonar (en inglés, *forgiveness*) alude a una disposición a través del tiempo y de las situaciones donde los comportamientos y actitudes de perdón son una extensión de la personalidad del individuo (Toussaint et al., 2015; Worthington et al., 2015). Como consecuencia de estos intentos por conceptualizar el perdón, se han desarrollado numerosas medidas de evaluación con el objetivo de identificar los diferentes aspectos del perdón que se han desarrollado desde los diferentes modelos teóricos a lo largo de la literatura (Fernández-Capo et al., 2017; Worthington et al., 2015) (ver Tabla 1).

Tabla 1. Medidas del perdón más utilizadas entre los adolescentes.

Medida de perdón	Tipo de perdón	Breve descripción	Ejemplo de ítem
*Enright Forgiveness Inventory for Children (EFI-C; Enright et al., 2007)*	Situacional: emociones (F), comportamientos (B) y pensamientos (C)	30-ítems 5-puntos escala tipo Likert (originalmente 60 ítems basado en EFI para adultos)	"I feel friendly" (F) "I do not talk to him/her" (B) "I think he/she is mean" (C)
*Forgiveness of Self and Forgiveness of Others Scale (FSFO; Mauger et al. 1992)*	Rasgo: Perdón a uno mismo (FS) y perdón a los demás (FO)	30-ítems V/F escala	"I frequently apologize for myself" (FS)
*Forgivingness Questionnaire (FQ; Mullet et al., 2003)*	Rasgo: resentimiento prolongado (LR), perdón (F) y venganza (R)	12-ítems 7-puntos escala tipo Likert (originalmente 18 ítems)	"I feel unable to forgive even if the offender has begged for forgiveness" (LR) "I can truly forgive even if the consequences of harm are serious" (F)
Heartland Forgiveness Scale (HFS; Thompson et al., 2005)	Rasgo: perdón a uno mismo (HFS Self), perdón a otros (HFS Other) y perdón situacional (HFS situations)	18-ítems 7-puntos escala tipo Likert (originalmente 30 ítems)	"Pasado un tiempo soy más comprensivo(a) conmigo sobre los errores que he cometido" (HFS Self: Perdón a uno mismo) "Me quedo pensando mal de quien me haya maltratado" (HFS Other: Perdón de otros) "Cuando suceden cosas malas por razones que no se pueden controlar, me quedo estancado(a) en pensamientos negativos sobre el evento" (HFS Situation: Perdón situacional) (Aranda, Villalba, y Quinteros, 2016)
*Transgression Narrative Test of Forgiveness (TNTF; Berry, Worthington, O'Connor, Parrott, & Wade, 2005)	Estado	10-ítems 5-puntos escala tipo Likert (originalmente 15 ítems)	"I try to forgive others even when they don't feel guilty for what they did"
Forgiveness Likelihood Scale (FLS; Rye et al., 2001)	Estado	10-ítems 5-puntos escala tipo Likert	"Una persona desconocida entró a tu casa y robó una importante suma de dinero. ¿Qué probabilidad hay de que perdone a esta persona?" (Menghi, Rodríguez, Tortul, y Moreno, 2017)

Medida de perdón	Tipo de perdón	Breve descripción	Ejemplo de ítem
Subscale of dispositional forgiveness (VIA-Y; Peterson & Seligman, 2004)	Rasgo	10-ítems 5-puntos escala tipo Likert	“Normalmente estoy dispuesto a dar a alguien otra oportunidad” (Giménez, 2010)
Trait Forgivingness Scale (TFS; Berry et al., 2005)	Rasgo	10-ítems 5-puntos escala tipo Likert (originalmente 15 ítems)	“Siempre he perdonado a los que me han herido” (Díez-Deustua, 2015)
Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory (TRIM; McCullough et al., 2003)	Estado (TRIM-18: venganza (R); evitación (A); benevolencia (B)) y motivaciones de no-perdón (TRIM-12: R; A)	18-ítems 5-puntos escala tipo Likert (6 ítems por subescala)	“Hago que pague por lo que hizo” (R) “Me alejo de él/ella” (A) “A pesar de que sus acciones me han herido, igualmente le deseo lo mejor” (B) (Fernández-Capo et al., 2017)

\*Los instrumentos señalados con asteriscos corresponden a medidas no validadas en castellano, por lo que no se incluye traducción de los ejemplos de ítems.

Fuente: Card, 2018; Quintana-Orts, Rey y Worthington, en prensa.

A pesar de que no hay una definición sobre el perdón aceptada universalmente por todos los autores, las diferentes conceptualizaciones coinciden en que el perdón debe incluir: “(a) la reducción de los pensamientos, emociones y motivaciones de venganza y enfado (especialmente en relaciones estables y valoradas) acompañada de (b) un incremento de pensamientos, emociones y motivaciones positivas” (Wade, Hoyt, Kidwell y Worthington, 2014, p. 154) frente a la agresión, al agresor, o a uno mismo (Toussaint et al., 2015). De acuerdo a este consenso entre los investigadores, el perdón es entendido como algo más que simplemente reducir o inhibir los sentimientos, pensamientos y comportamientos negativos. Además, diversos autores coinciden en que el perdón no implica necesariamente reconciliación, castigo o compensación; tampoco el perdón es sinónimo de consentir, olvidar o excusar la injusticia, o lo opuesto de no-perdón (en inglés, *unforgiveness*) (i.e., hostilidad, miedo, rencor, venganza) (Toussaint et al., 2015; Wade et al., 2014). En definitiva, el perdón es una de las estrategias para afrontar transgresiones interpersonales que han llevado o pueden llevar a sentimientos, comportamientos y pensamientos de no-perdón (Strelan y Covic, 2006). En este sentido, el no-perdón está relacionado negativamente con el perdón, pero no de manera completamente recíproca: “mientras que aquellos que muestran altos

niveles de perdón presentan frecuentemente pequeños niveles de no-perdón, aquellos con bajos niveles de perdón presentan un amplio abanico de formas de no-perdón” (Toussaint et al., 2015). Concretamente, el no-perdón se define como sentimientos retardados en el tiempo de resentimiento, enfado y rencor experimentados tras una ofensa interpersonal particular y que se relacionan con motivaciones de evitación y venganza (León-Moreno, Martínez-Ferrer, Musitu-Ochoa y Moreno-Ruiz, 2019; Toussaint et al., 2015; Wade y Worthington, 2003). Igualmente, el no-perdón se ha vinculado con la rumiación a través del desencadenamiento de pensamientos y sentimientos negativos y repetitivos relacionados con la transgresión que, a su vez, se relacionaría con efectos fisiológicos y psicológicos como, por ejemplo, la activación fisiológica ante eventos estresantes, depresión o agresiones (Toussaint et al., 2015; Worthington y Scherer, 2004).

### **1.2.2. Beneficios del perdón**

Muchas investigaciones se han centrado en analizar el impacto y las consecuencias del perdón frente a diversos acontecimientos violentos, conflictos y ofensas (Akhtar y Barlow, 2016; Webb, Toussaint y Conway-Williams, 2012) hallando evidencias empíricas de diversos beneficios del perdón a nivel intra- e interpersonal (Akhtar y Barlow, 2016; Toussaint et al., 2015; Wade et al., 2014). A nivel intrapersonal, el perdón parece ser un recurso efectivo para mejorar la salud física y mental, así como para reducir las reacciones negativas ante un daño interpersonal (van Rensburg y Raubenheimer, 2015; Watson, Rapee y Todorov, 2017). Diferentes estudios teóricos y empíricos han aportado evidencia de la relación entre perdonar y un mejor funcionamiento emocional, de manera que mayores niveles de perdón parecen llevar a menores niveles de afecto negativo, enfado, hostilidad, rumiación y agresión (Webb et al., 2012). Así, las personas con mayores niveles de perdón son más propensas a presentar bajos niveles de estrés, depresión, ansiedad, así como mayores niveles de optimismo y satisfacción con la vida (Riek y Mania, 2012; Toussaint et al., 2015). Por otro lado, las asociaciones del perdón con un mejor funcionamiento interpersonal y una mejor calidad de las relaciones e interacciones sociales han sido



ampliamente estudiadas (Webb et al., 2012). De este modo, distintos estudios han apuntado hacia la importancia que tiene el perdón para el desarrollo de diversas habilidades y estrategias a nivel interpersonal: el perdón ha sido asociado con mayores niveles de apoyo social, menores niveles de motivaciones de venganza, así como una mayor inhibición de la agresión y una menor probabilidad de transgresiones futuras (Riek y Mania, 2012; Toussaint et al., 2015). Asimismo, el perdón parece fomentar una mayor satisfacción y estabilidad en las relaciones sociales (van der Wal, Karremans y Cillessen, 2017).

Sin embargo, la mayoría de la literatura sobre los beneficios del perdón se ha centrado en poblaciones adultas en contextos como infidelidad, conflictos en las relaciones románticas, traumas de abuso en la infancia, conflictos bélicos, etc. (Akhtar y Barlow, 2016; Toussaint et al., 2015). Debido a los numerosos beneficios del perdón, durante la última década se ha incrementado el interés por el papel del perdón en transgresiones interpersonales durante la infancia y la adolescencia, entre las que cabe destacar las situaciones de acoso y ciberacoso (Egan y Todorov, 2009; Skaar, Freedman, Carlon y Watson, 2016; Watson et al., 2017).

### **1.2.3. El papel protector del perdón en situaciones de acoso escolar**

En el ámbito del acoso escolar y la adolescencia, diferentes investigadores han sugerido que la promoción del perdón podría combatir el acoso escolar y sus consecuencias a través de un cambio en los pensamientos, emociones y comportamientos negativos experimentados (Egan y Todorov, 2009; Hui et al., 2011). En este sentido, más allá de los beneficios generales en la salud mental de los adolescentes (Toussaint et al., 2015), numerosos trabajos han relacionado el perdón con una reducción de la agresividad y otras respuestas violentas asociadas como los comportamientos de acoso escolar (Peets, Hodges y Salmivalli, 2013; van Rensburg y Raubenheimer, 2015), así como con un menor impacto de las consecuencias de acosar o ser acosado sobre el ajuste psicológico de los adolescentes (Egan y Todorov, 2009; Skaar et al., 2016).

Más específicamente, en contextos de acoso escolar, los adolescentes con mayores niveles de perdón disposicional han informado de menores estados de no-perdón, menos motivaciones de venganza y evitación, así como mayores puntuaciones en perdón situacional, que a su vez llevan a un menor deseo de devolver el daño al agresor o de desviar la agresión sobre otras personas (p. ej., acosar a otras personas como respuesta de haber sido o de ser víctima de acoso; König et al., 2010; Park et al., 2013; Peets et al., 2013; Safari et al., 2016; Watson et al., 2017). Todo ello, a su vez, disminuye los problemas psicológicos y psicofisiológicos derivados de ser acosado o ser un acosador, e incrementa la salud mental y el bienestar de los adolescentes (Barcaccia, Howard, Pallini y Baiocco, 2017; Böllmer, Harris y Milich, 2006; Flanagan, Vanden Hoek, Ranter y Reich, 2012; Liu, Lu, Zhou y Su, 2013; Nabuzoka, Rønning y Handegård, 2009; van Rensburg y Raubenheimer, 2015). Por ejemplo, Liu y colaboradores (2013) hallaron que adolescentes entre 11 a 16 años que sufrían acoso tradicional, pero informaban de mayores niveles de perdón presentaban menos pensamientos suicidas en comparación con los que informaban de menores niveles de perdón. En esta misma línea, Flanagan y colaboradores (2012) encontraron que el perdón predecía mayores niveles de autoestima y menores niveles de ansiedad social. Por otro lado, mayores niveles de venganza y menores niveles de perdón se han relacionado con menores niveles de problemas externalizantes como comportamientos agresivos o de ciberacoso (León-Moreno et al., 2019; Nabuzoka et al., 2009; Safari et al., 2016). Además, cabe destacar que los adolescentes con altos niveles de perdón han mostrado estos beneficios, incluyendo diferentes conceptualizaciones del perdón como rasgo o estado, perdón a uno mismo, perdón percibido por otros, o como un consejo recibido (Ahmed y Braithwaite, 2005, 2006; Nashori et al., 2017; Ogurlu y Sançam, 2018; Park et al., 2013; van Rensburg y Raubenheimer, 2015; Walters y Kim-Spoon, 2014; Watson et al., 2017).

En definitiva, tras experimentar una transgresión interpersonal, principalmente cuando actuar directamente para eliminarla es difícil o imposible, el perdón actuaría como un recurso positivo que puede ser aprendido y que permitiría a los adolescentes tanto

identificar como comprender el impacto del daño recibido, así como superar las consecuencias emocionales resultantes (Egan y Todorov, 2009; Freedman, 2018). Además, diversos autores destacan que promover el perdón en las escuelas podría aliviar las consecuencias negativas de ser acosado y, a su vez, fortalecer las habilidades y competencias de los adolescentes en las relaciones sociales, lo que reforzaría los valores de convivencia y un clima más positivo (Egan y Todorov, 2009; Hui et al., 2011; Skaar et al., 2016).

Sin embargo, como se ha mencionado en párrafos anteriores, el estudio de los beneficios del perdón con muestras de adolescentes en contextos de acoso, sigue siendo un área que no ha sido suficientemente explorada de cara a prevenir y disminuir el acoso y sus consecuencias. Teniendo en cuenta que el acoso es un problema social de salud pública mundial y frecuente en los centros escolares de todo el mundo, estudiar aquellos factores relacionados con las emociones y los factores personales de los adolescentes se hace necesario con el fin de identificar, comprender, prevenir, e intervenir de manera más eficiente en los casos de acoso y ciberacoso. Los estudios acerca del papel del perdón en las transgresiones interpersonales nos llevan a la hipótesis de que desarrollar una adecuada capacidad para perdonar puede mejorar nuestra salud mental y bienestar, así como prevenir reacciones violentas como las motivaciones de venganza, especialmente tras sufrir un daño interpersonal como puede ser el acoso escolar.

Por todo lo presentado anteriormente y considerando los beneficios que presenta para los adolescentes, en la presente Tesis Doctoral nos centraremos en analizar la influencia del perdón sobre la salud mental y bienestar en muestras de adolescentes. Especialmente consideraremos el perdón, entendido como la predisposición emocional, comportamental y cognitiva por el que las víctimas de una ofensa reemplazan las emociones negativas por emociones más positivas, en contextos de acoso y ciberacoso.



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

## **CHAPTER 2**

### **[CAPÍTULO 2]**

#### **METODOLOGÍA Y PLAN DE TRABAJO**

#### **2. Metodología y plan de trabajo**

##### **2.1. Objetivos**

##### **2.2. Materiales y métodos**



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

## 2. Metodología y plan de trabajo

### 2.1. Objetivos

La composición de los estudios desarrollados en la presente Tesis Doctoral pretende realizar una contribución al conocimiento científico actual del perdón como factor de protección frente al acoso tradicional y al ciberacoso, que ayudaría a mejorar el ajuste psicológico y el bienestar y a disminuir comportamientos agresivos en estudiantes adolescentes. Esta Tesis Doctoral se ha centrado en la región de Andalucía, contando con una muestra de estudiantes de secundaria principalmente de la provincia de Málaga.

El presente compendio de artículos tiene como objetivo principal *analizar la contribución del perdón, como recurso personal positivo en contextos de acoso tradicional y ciberacoso, y especialmente de su impacto sobre la salud mental y el bienestar de estudiantes adolescentes*. Para ello, se llevaron a cabo *cuatro estudios cuyos objetivos específicos* contribuyen a la consecución del propósito general:

#### Estudio 1

---

Quintana-Orts, C., Rey, L., & Worthington, E. L., Jr. (in press) [en prensa]. **The relationship between forgiveness, bullying and cyberbullying in adolescence: A systematic review.** *Trauma, Violence, & Abuse.*

En el primer estudio, el objetivo fue conocer el estado actual del perdón en contextos de acoso tradicional y ciberacoso en la adolescencia, y aportar cierta sistematización de los estudios que conforman la literatura actual. Para ello, se llevó a cabo una revisión sistemática de la literatura que se ha centrado en analizar las relaciones entre perdón y acoso escolar en población adolescente. Se incluyeron diferentes aproximaciones teóricas y medidas del perdón, así como diferentes tipos de acoso categorizados principalmente en acoso tradicional y ciberacoso.

## Estudio 2

---

Quintana-Orts, C. & Rey, L. (2018). **Forgiveness, depression, and suicidal behavior in adolescents: Gender differences in this relationship.** *The Journal of Genetic Psychology*, 79(2), 85-89.

La finalidad del segundo estudio fue explorar la relación transversal entre perdón y salud mental, medida a través de la sintomatología depresiva y los pensamientos y comportamientos suicidas, y se analizó si existían diferencias de sexo controlando los factores de personalidad. En concreto, se examinó si mayores niveles de perdón llevaban a menores niveles de sintomatología depresiva y, a su vez, a menores pensamientos y comportamientos suicidas para muestras de chicos y chicas.

## Estudio 3

---

Quintana-Orts, C. & Rey, L. (2018). **Traditional bullying, cyberbullying and mental health in early adolescents: Forgiveness as a protective factor of peer victimisation.** *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(11), 2389.

El propósito del tercer estudio fue profundizar en el conocimiento sobre la relación entre perdón y salud mental en contextos de acoso y ciberacoso. En concreto, se pretendía aportar datos preliminares acerca de la asociación entre perdón, victimización por acoso (tradicional y ciberacoso) y salud mental, medida a partir de los indicadores de satisfacción vital y de pensamientos y comportamientos suicidas. En concreto, se analizó el papel moderador del perdón en las asociaciones entre victimización por acoso tradicional y ciberacoso y salud mental.



## Estudio 4

---

Quintana-Orts, C., & Rey, L. (2018). **Forgiveness and cyberbullying in adolescence: Does willingness to forgive help minimize the risk of becoming a cyberbully?** *Computers in Human Behavior*, 81, 209–214.

La finalidad del cuarto estudio fue doble: por un lado, analizar la relación negativa entre el perdón y las conductas de ciberacoso, más allá del papel predictor de la cibervictimización; por otro lado, examinar el papel moderador del perdón en la relación entre cibervictimización y las conductas de ciberacoso. En concreto, se examinó si entre los adolescentes que informaban de mayores niveles de cibervictimización, pero mostraban mayores niveles de perdón, se presentaban menores comportamientos de ciberacoso.

## 2.2. Materiales y método

Artículos incluidos	Participantes	Variables estudiadas	Análisis estadístico
<b>1. The relationship between forgiveness, bullying and cyberbullying in adolescence: A systematic review.</b>	18 estudios que incluían adolescentes	Diferentes medidas de perdón rasgo y estado (EFI-C, TRIM, FQ, etc.)	Revisión sistemática
<b>2. Forgiveness, depression, and suicidal behavior in adolescents: Gender differences in this relationship.</b>	572 (49.1% chicas) Rango edad: 13-17	Perdón (VIA-Y) Depresión Suicidio Personalidad	Correlaciones de Pearson, Regresión múltiple
<b>3. Traditional bullying, cyberbullying and mental health in early adolescents: Forgiveness as a protective factor of peer victimization.</b>	1044 (50.5% chicas) Rango edad: 12-14	Perdón (VIA-Y) Cibervictimización Victimización tradicional Suicidio Satisfacción vital	Correlaciones de Pearson, T-student muestras independientes, Test de moderación
<b>4. Forgiveness and cyberbullying in adolescence: Does willingness to forgive help minimize the risk of becoming a cyberbully?</b>	1650 (50.5% chicas) Rango edad: 11-20	Perdón (VIA-Y) Cibervictimización Comportamientos de ciberacoso	Correlaciones de Pearson, T-student muestras independientes, Regresión jerárquica

## **CHAPTER 3**

### **[CAPÍTULO 3]**

#### **PUBLICATIONS INCLUDED IN THESIS**

#### **[ARTÍCULOS INCLUIDOS COMO COMPENDIO DE PUBLICACIONES]**

#### **3. Publications included in thesis [Artículos incluidos como compendio de publicaciones]**

Study 1: The relationship between forgiveness, bullying and cyberbullying in adolescence: A systematic review

Study 2: Forgiveness, depression, and suicidal behavior in adolescents: Gender differences in this relationship

Study 3: Traditional bullying, cyberbullying and mental health in early adolescents: Forgiveness as a protective factor of peer victimisation

Study 4: Forgiveness and cyberbullying in adolescence: Does willingness to forgive help minimize the risk of becoming a cyberbully?



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

### 3. Publications included in thesis

#### [Artículos incluidos como compendio de publicaciones]

Selected Journal of Citation Reports (JCR) Year: 2018

#### **Study 1 [Estudio 1]: The relationship between forgiveness, bullying and cyberbullying in adolescence: A systematic review**

---

**Reference [Referencia]:** Quintana-Orts, C., Rey, L., & Worthington, E. L., Jr. (in press) [en prensa]. The relationship between forgiveness, bullying and cyberbullying in adolescence: A systematic review. *Trauma, Violence, & Abuse*.

**Indications of research quality [Indicios de calidad]:**

JCR impact factor [Factor de impacto en JCR]: 5.457.

Categories [Categorías]: Criminology & Penology.

Rank [Posición que ocupa la revista en el área]: 1/61; quartile Q1 [cuartil 1].

#### **Study 2 [Estudio 2]: Forgiveness, depression, and suicidal behavior in adolescents: Gender differences in this relationship**

---

**Reference [Referencia]:** Quintana-Orts, C. & Rey, L. (2018). Forgiveness, depression, and suicidal behavior in adolescents: Gender differences in this relationship. *The Journal of Genetic Psychology*, 79(2), 85-89. <https://doi.org/10.1080/00221325.2018.1434478>

**Indications of research quality [Indicios de calidad]:**

JCR impact factor [Factor de impacto en JCR]: 0.824.

Categories [Categorías]: Psychology, Multidisciplinary

Rank [Posición que ocupa la revista en el área]: 107/137; quartile Q4 [cuartil 4].

**Study 3 [Estudio 3]: Traditional bullying, cyberbullying and mental health in early adolescents: Forgiveness as a protective factor of peer victimisation**

---

**Reference [Referencia]:** Quintana-Orts, C. & Rey, L. (2018). Traditional bullying, cyberbullying and mental health in early adolescents: Forgiveness as a protective factor of peer victimisation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(11), 2389. <https://dx.doi.org/10.3390/ijerph15112389>

**Indications of research quality [Indicios de calidad]:**

JCR impact factor [Factor de impacto en JCR]: 2.468.

Categories [Categorías]: Public, Environmental, & Occupational Health.

Rank [Posición que ocupa la revista en el área]: 38/162; quartile Q1 [cuartil 1].

**Study 4 [Estudio 4]: Forgiveness and cyberbullying in adolescence: Does willingness to forgive help minimize the risk of becoming a cyberbully?**

---

**Reference [Referencia]:** Quintana-Orts, C., & Rey, L. (2018). Forgiveness and cyberbullying in adolescence: Does willingness to forgive help minimize the risk of becoming a cyberbully? *Computers in Human Behavior*, 81, 209–214. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.12.021>

**Indications of research quality [Indicios de calidad]:**

JCR impact factor [Factor de impacto en JCR]: 4.306.

Categories [Categorías]: Psychology, Multidisciplinary.

Rank [Posición que ocupa la revista en el área]: 11/137; quartile Q1 [cuartil 1].

**STUDY 1**  
**[ESTUDIO 1]**

**The Relationship between Forgiveness, Bullying and Cyberbullying in Adolescence:**  
**A Systematic Review**

Reference [Referencia]:

Quintana-Orts, C., Rey, L., & Worthington, E. L., Jr. (in press) [en prensa]. The relationship between forgiveness, bullying and cyberbullying in adolescence: A systematic review. *Trauma, Violence, & Abuse*.



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA



# Trauma, Violence, & Abuse

## The Relationship between Forgiveness, Bullying and Cyberbullying in Adolescence: A Systematic Review

Journal:	<i>Trauma, Violence, &amp; Abuse</i>
Manuscript ID	TVA-18-143.R2
Manuscript Type:	Review Manuscripts
Keywords:	Bullying, Mental Health and Violence, Spirituality and Violence

SCHOLARONE™  
Manuscripts

Acceptance of the manuscript (study 1) "The Relationship between Forgiveness, Bullying and Cyberbullying in Adolescence: A Systematic Review" in its current form for publication in Trauma, Violence, & Abuse. Date: 20-07-2019

#### Decision Letter (TVA-18-143.R2)

**From:** jiv@u.washington.edu

**To:** cquintana@uma.es

**CC:**

**Subject:** Trauma, Violence, & Abuse - Decision on Manuscript ID TVA-18-143.R2

**Body:** 20-Jul-2019

Dear Ms. Quintana-Orts:

It is a pleasure to accept your manuscript entitled "The Relationship between Forgiveness, Bullying and Cyberbullying in Adolescence: A Systematic Review" in its current form for publication in Trauma, Violence, & Abuse.

Thank you for your fine contribution. On behalf of the Editors of Trauma, Violence, & Abuse, we look forward to your continued contributions to the Journal.

Sincerely,  
Dr. Jon Conte  
Editor in Chief, Trauma, Violence, & Abuse  
jiv@u.washington.edu

**Date Sent:** 20-Jul-2019

ScholarOne Manuscripts™

Cirenia Quintana-Orts ▾

Instructions & Forms

Help

Log Out

Trauma, Violence, & Abuse

 SAGE track

Home Author

Author Dashboard

Author Dashboard

3 Manuscripts with Decisions >

[Start New Submission](#) >

[5 Most Recent E-mails](#) >

## Manuscripts with Decisions

ACTION	STATUS	ID	TITLE	SUBMITTED	DECISIONED
	ADM: Conte, Candace	TVA-18-143.R2	The Relationship between Forgiveness, Bullying and Cyberbullying in Adolescence: A Systematic Review <a href="#">View Submission</a>	03-Jul-2019	20-Jul-2019
Forms Completion submitted (21-Jul-2019) - <a href="#">view</a>	<ul style="list-style-type: none"><li>Accept (20-Jul-2019)</li><li>Complete Contributor Form</li></ul>				
<a href="#">view decision letter</a>					

## REFERENCE

Quintana-Orts, C., Rey, L., & Worthington, E. L., Jr. (in press) [en prensa]. The relationship between forgiveness, bullying and cyberbullying in adolescence: A systematic review.

*Trauma, Violence, & Abuse.*

## DOI

<https://doi.org/10.1177/1524838019869098>

## ABSTRACT

The study of bullying in adolescence has received increased attention over the past several decades. A growing body of research highlights the role of forgiveness and its association with aggression. In this article, we systematically review published studies on the association among online and traditional bullying and forgiveness in adolescents. Systematic searches were conducted in PsycINFO, MEDLINE, PsycArticles and Scopus databases. From a total of 1093 studies, 637 were non-duplicated studies, and 18 were eventually included. Together, these studies provided evidence that forgiveness and bullying behaviors are negatively related: Adolescents with higher forgiveness levels bully less. Similarly, forgiveness is negatively related to victimization: Adolescents with higher forgiveness show less victimization. Unforgiveness was positively related to traditional and online bullying. This relationship appears to be consistent beyond types of bullying, certain background characteristics, and forgiveness measures. These findings are discussed, and clinical implications and guidelines for future research are presented.

**STUDY 2**  
**[ESTUDIO 2]**

**Forgiveness, Depression, and Suicidal Behavior in Adolescents:**  
**Gender Differences in this Relationship**

Reference [Referencia]:

Quintana-Orts, C. & Rey, L. (2018). Forgiveness, depression, and suicidal behavior in adolescents: Gender differences in this relationship. *The Journal of Genetic Psychology*, 79(2), 85-89.



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

## REFERENCE

Quintana-Orts, C. & Rey, L. (2018). Forgiveness, depression, and suicidal behavior in adolescents: Gender differences in this relationship. *The Journal of Genetic Psychology*, 79(2), 85-89.

## DOI

<https://doi.org/10.1080/00221325.2018.1434478>

## ABSTRACT

With the development of positive psychology, protective factors have received increased attention as buffers against suicidal ideation and attempts and against the risk factors for suicide (e.g., depressive symptoms). Empirical evidence suggests that one of the protective factors associated with depression and suicide is forgiveness. Although previous studies have demonstrated a negative association between forgiveness and risk of suicide, studies on gender differences in adolescents are still scarce. Thus, the authors assessed the moderating role of gender in a sample of adolescents. The participants were 572 adolescents (50.9% boys;  $M$  age = 15.49 years,  $SD$  = 1.09 years) from secondary school centers. The results revealed that forgiveness moderated the relationship between depression and suicidal ideation for boys but not for girls. Specifically, for boys the relationship between depression and suicidal thoughts and behaviors weakened as levels of forgiveness increased. These findings suggest therapeutic applications to reduce the likelihood of suicide in the group of adolescent boys with higher scores on depression and lower levels of forgiveness. The study results are discussed in terms of the need to use gender perspectives in positive psychology intervention programs.

**STUDY 3**  
**[ESTUDIO 3]**

**Traditional Bullying, Cyberbullying and Mental Health in Early Adolescents:  
Forgiveness as a Protective Factor of Peer Victimisation**

Reference [Referencia]:

Quintana-Orts, C. & Rey, L. (2018). Traditional bullying, cyberbullying and mental health in early adolescents: Forgiveness as a protective factor of peer victimisation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(11), 2389.



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA



## REFERENCE

Quintana-Orts, C. & Rey, L. (2018). Traditional bullying, cyberbullying and mental health in early adolescents: Forgiveness as a protective factor of peer victimisation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(11), 2389.

## DOI

<https://doi.org/10.3390/ijerph15112389>

## ABSTRACT

Traditional and online bullying are prevalent throughout adolescence. Given their negative consequences, it is necessary to seek protective factors to reduce or even prevent their detrimental effects in the mental health of adolescents before they become chronic. Previous studies have demonstrated the protective role of forgiveness in mental health after several transgressions. This study assessed whether forgiveness moderated the effects of bullying victimisation and cybervictimisation on mental health in a sample of 1044 early adolescents (527 females;  $M = 13.09$  years;  $SD = 0.77$ ). Participants completed a questionnaire battery that measures both forms of bullying victimisation, suicidal thoughts and behaviours, satisfaction with life, and forgiveness. Consistent with a growing body of research, results reveal that forgiveness is a protective factor against the detrimental effects of both forms of bullying. Among more victimised and cybervictimised adolescents, those with high levels of forgiveness were found to report significantly higher levels of satisfaction compared to those with low levels of forgiveness. Likewise, those reporting traditional victimisation and higher levels of forgiveness levels showed lower levels of suicidal risk. Our findings contribute to an emerging relationship between forgiveness after bullying and indicators of mental health, providing new areas for research and intervention.

**STUDY 4**  
**[ESTUDIO 4]**

**Forgiveness and Cyberbullying in Adolescence:**  
**Does Willingness to Forgive Help Minimize the Risk of Becoming a Cyberbully?**

Reference [Referencia]:

Quintana-Orts, C., & Rey, L. (2018). Forgiveness and cyberbullying in adolescence: Does willingness to forgive help minimize the risk of becoming a cyberbully? *Computers in Human Behavior*, 81, 209–214.



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

## REFERENCE

Quintana-Orts, C., & Rey, L. (2018). Forgiveness and cyberbullying in adolescence: Does willingness to forgive help minimize the risk of becoming a cyberbully? *Computers in Human Behavior*, 81, 209–214.

## DOI

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.12.021>

## ABSTRACT

Cyberbullying has received recent research attention due to the frequent use of social media and electronic devices among adolescents. This study examined forgiveness and cybervictimization as predictors of cyberbullying aggression in a sample of 1650 secondary school adolescents (50.5% females). Results of regression analyses indicated that cybervictimization was a significant predictor of indices of cyberbullying. The inclusion of forgiveness was found to significantly augment the prediction of cyberbullying aggression, even after accounting for sex and grade. Furthermore, the cybervictimization  $\times$  forgiveness interaction term was found to significantly augment the prediction of cyberbullying aggression. Specifically, cybervictimized adolescents with high forgiveness, compared to those with low forgiveness, reported significantly lower levels of cyberbullying behaviors. Implications of the present findings are discussed in terms of the protective role of forgiveness for preventing aggressive behavior and for preventing individuals from becoming a bully after suffering victimization. The results suggest that anti-cyberbullying interventions also need to focus on promoting forgiveness in adolescents.

## **CHAPTER 4**

### **[CAPÍTULO 4]**

#### **RESULTADOS GLOBALES Y DISCUSIÓN**

#### **4. Resultados globales y discusión**

##### 4.1. Resultados globales

##### 4.2. Discusión general

##### 4.2.1. Perdón y variables de ajuste psicológico

##### 4.2.2. Perdón y comportamientos agresivos

##### 4.2.3. Limitaciones y futuras líneas de investigación

##### 4.2.4. Implicaciones prácticas



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

## 4. Resultados globales y discusión

### 4.1. Resultados globales

El propósito principal de esta Tesis Doctoral ha sido el de examinar el papel protector del perdón sobre la salud mental y el bienestar de los adolescentes asociados a contextos de acoso tradicional y ciberacoso. En este sentido, la revisión y los estudios que se han llevado a cabo en la elaboración de la presente Tesis Doctoral arrojan nuevos conocimientos sobre la contribución del perdón en muestras de estudiantes adolescentes sobre indicadores de ajuste psicológico y bienestar en contextos de acoso tradicional y ciberacoso. De forma específica, para la presente Tesis Doctoral se ha realizado, en primer lugar, una revisión de estudios sobre la relación existente entre el perdón y las situaciones de acoso y ciberacoso, tanto en la inhibición de la agresión como en la mejora de indicadores de salud mental. Posteriormente, se plantearon y llevaron a cabo tres estudios exploratorios que suponen un acercamiento a los beneficios del perdón en la adolescencia, como un recurso personal que puede trabajarse desde la escuela para prevenir e intervenir en casos de acoso y ciberacoso.

Con el objetivo de facilitar la interpretación de los resultados de estos cuatro estudios llevados a cabo, en este apartado se detallan las conclusiones de los datos más relevantes obtenidos en cada uno de ellos.

#### **ESTUDIO 1. The relationship between forgiveness, bullying and cyberbullying in adolescence: A systematic review.**

El objetivo del primer estudio fue el de examinar el estado de la literatura existente acerca de la relación entre el perdón y los dos tipos de acoso escolar (acoso tradicional y ciberacoso). Para ello, se llevó a cabo una revisión sistemática en la que se obtuvieron un total de 18 estudios que presentaban relaciones entre estos constructos en población adolescente. A la hora de analizar los resultados obtenidos, estos se dividieron teniendo en cuenta aquellos estudios que relacionaban el acoso con tres aspectos del perdón: el no-

perdón, el perdón (incluyendo rasgo y estado) y otras medidas del perdón (p. ej., el perdón percibido). En conjunto, los resultados mostraron la existencia de una relación negativa y significativa en diferentes contextos culturales entre el perdón, independientemente de la metodología utilizada para evaluarlo, y la realización de conductas de acoso tradicional y ciberacoso. Asimismo, se encontró una asociación positiva y significativa en muestras de adolescentes de diferentes contextos culturales entre las dimensiones de venganza y evitación y la realización de conductas de acoso tradicional y ciberacoso. Así, los resultados mostraron que cuando las víctimas perdonan tienden a presentar un mejor ajuste psicológico y a ejercer menos conductas violentas. Por el contrario, cuando las víctimas de acoso reaccionan de manera vengativa o evitativa suelen presentar un peor ajuste psicológico y mayores probabilidades de involucrarse en situaciones de acoso hacia otros iguales.

Aunque los resultados de la revisión sistemática apuntan a que el perdón es una importante estrategia de afrontamiento frente las experiencias de acoso, con beneficios en el ajuste psicológico y la reducción de emociones, motivaciones y comportamientos agresivos, existen varias limitaciones en este primer estudio. En primer lugar, los diferentes estudios utilizaron una gran variedad de instrumentos para evaluar el perdón y el acoso, que no presentan las mismas propiedades psicométricas ni miden las mismas dimensiones. En segundo lugar, es importante destacar que la mayor parte de los estudios incluidos tenían un diseño transversal, siendo únicamente dos las investigaciones de tipo experimental (Ahmed y Braithwaite, 2005; Watson et al., 2015) y un programa de intervención que ponía a prueba una intervención en perdón con víctimas agresivas (Park et al., 2013).

Pese a estas limitaciones, esta sería la primera revisión sistemática que reúne las evidencias empíricas sobre el papel del perdón en relación al impacto sobre el ajuste psicológico y la disminución de la agresividad en situaciones de acoso y ciberacoso.



## ESTUDIO 2. **Forgiveness, depression, and suicidal behavior in adolescents: Gender differences in this relationship.**

El segundo estudio tiene como objetivo una primera aproximación al contraste de los estudios que examinan las relaciones generales del perdón disposicional, evaluado a través del VIA-Y (Peterson y Seligman, 2004), y la salud mental. En concreto, este trabajo amplía el conocimiento de las relaciones entre perdón y la salud mental en una muestra de adolescentes, considerando las diferencias que pudiesen existir en torno al sexo de los participantes y controlando los rasgos de personalidad. Para ello, los objetivos específicos establecidos fueron, en primer lugar, analizar el papel de altos y bajos niveles de perdón en la relación entre depresión y comportamientos y pensamientos suicidas, controlando la edad y las variables de personalidad de los adolescentes; y, en segundo lugar, evaluar si esta relación difería en función del sexo de los participantes.

Los resultados señalaron que el perdón afectaba de manera diferente a chicos y chicas en la relación entre sintomatología depresiva y comportamientos e ideaciones suicidas. De esta manera, el efecto protector del perdón en esta relación era significativo únicamente en el caso de los chicos. Con altas puntuaciones de sintomatología depresiva, los chicos adolescentes que presentaban mayores niveles de perdón mostraban menores niveles de riesgo suicida, mientras que, por el contrario, aquellos con menores niveles de perdón mostraban una mayor tendencia a comportamientos y pensamientos suicidas.

Estos resultados adolecen de limitaciones debido a la naturaleza transversal y a la metodología basada en autoinformes utilizada. Por ello, sería interesante examinar estos resultados con diseños prospectivos o longitudinales para conocer mejor las relaciones entre los factores de personalidad y las variables estudiadas, así como para profundizar en las diferencias de sexo encontradas. A pesar de estas limitaciones, los resultados de este estudio sugieren que las intervenciones centradas en el desarrollo del perdón para reducir los niveles

del riesgo suicida en adolescentes con altos niveles de sintomatología depresiva deberían considerar las diferencias de sexo para alcanzar un mayor nivel de eficiencia.

**ESTUDIO 3. Traditional bullying, cyberbullying and mental health in early adolescents: Forgiveness as a protective factor of peer victimization.**

El tercer estudio tiene como objetivo cubrir las limitaciones encontradas en la revisión sistemática realizada en el primer estudio y continuando la línea del segundo estudio. En esta ocasión, se examinó la influencia del perdón sobre la relación entre acoso y las consecuencias en la salud mental. Para ello, se analizó el papel del alto y bajo perdón en la relación entre victimización y salud mental, medida a partir de los indicadores de satisfacción vital y de comportamientos y pensamientos suicidas. Este modelo fue evaluado independientemente para los dos tipos de victimización, es decir, para victimización tradicional y para cibervictimización.

En primer lugar, y en consonancia con la literatura, los resultados confirmaron que el perdón estaba relacionado negativamente con los comportamientos y pensamientos suicidas, y positivamente con la satisfacción vital de los adolescentes. En segundo lugar, los datos mostraron que los estudiantes con mayores niveles de perdón eran menos propensos a informar de problemas mentales tras experimentar acoso (tanto tradicional como ciberacoso) comparados con adolescentes con menores niveles de perdón. Más concretamente, en casos de victimización tradicional, los adolescentes con alto niveles de perdón presentaban menores niveles de pensamientos y comportamientos suicidas, así como mayores niveles de satisfacción vital en comparación con estudiantes con bajos niveles de perdón. En el contexto de cibervictimización, el perdón amortiguó las consecuencias negativas en los indicadores de satisfacción vital, pero no en los comportamientos e ideaciones suicidas. Es decir, en casos de cibervictimización, los adolescentes con alto perdón mostraban mayores puntuaciones en satisfacción vital en comparación con los que informaban de bajos niveles de perdón.

Los resultados de este estudio deben considerarse a la luz de ciertas limitaciones. Al igual que en el segundo estudio, la naturaleza transversal y la utilización de autoinformes hacen imposible realizar relaciones causales y generalizar los resultados. A pesar de ser una muestra amplia de adolescentes, sería interesante utilizar otras medidas y diseños prospectivos, así como la inclusión de otras variables importantes que pueden estar afectando a las relaciones encontradas como la severidad con la que se experimenta la situación de acoso. Pese a sus limitaciones, este estudio sugiere que el perdón puede ser un factor protector con implicaciones en los indicadores de ajuste psicológico ante situaciones de acoso tradicional y el ciberacoso. Por tanto, el desarrollo del perdón podría ser un campo de actuación importante en el diseño de intervenciones para ayudar a las víctimas una vez se ha producido la situación de acoso tradicional y/o ciberacoso. Asimismo, estos resultados también sugieren que el perdón puede ser un factor protector a incluir y desarrollar en los programas de prevención del acoso escolar entre los adolescentes.

#### **ESTUDIO 4. Forgiveness and cyberbullying in adolescence: Does willingness to forgive help minimize the risk of becoming a cyberbully?**

El cuarto estudio tuvo como finalidad cubrir otras limitaciones encontradas en la revisión sistemática realizada en el primer estudio y que aún no han sido consideradas. Debido a que el ciberacoso es un fenómeno más reciente en la literatura científica, los estudios que analizan los factores protectores que pueden disminuir o evitar estos comportamientos son aún escasos. Además, la relación entre victimización y agresión en el ámbito del ciberacoso sigue siendo un área poco explorada, aunque algunos autores comienzan a señalar la importancia del manejo emocional tras este tipo de ofensas que pueden llevar con más probabilidad a reacciones y respuestas agresivas (Ak et al., 2015; León-Moreno et al., 2019). Por todo ello, en este caso el objetivo principal fue el de evaluar la relación existente entre el perdón y el ciberacoso. Partiendo de la literatura que evidencia mayores probabilidades de realizar comportamientos de acoso tras haber sido víctima de

acoso, la finalidad de este estudio fue profundizar en la relación entre cibervictimización y ciberagresión analizando el perdón como una posible variable moderadora que afecte a esta asociación.

Los resultados corroboraron la contribución positiva y significativa de los niveles de cibervictimización sobre los comportamientos de ciberacoso y revelaron el papel amortiguador del perdón en esta asociación. En concreto, entre los adolescentes con altos niveles de cibervictimización, aquellos que informaron de mayor disposición a perdonar mostraron una menor tendencia a realizar conductas de ciberacoso en comparación con los que presentaban menores niveles de perdón.

Este estudio presenta algunas limitaciones. A pesar de contar con un amplio número de adolescentes, estos pertenecen a una misma región geográfica y han cumplimentado instrumentos autoinformados. Además, se ha utilizado un diseño de tipo transversal. Por todo ello, sería interesante examinar las relaciones recogidas en este estudio de manera longitudinal, utilizando muestras de otras provincias e incluyendo otros instrumentos de medida. A pesar de las limitaciones, estos resultados demuestran que el perdón puede ejercer un importante papel amortiguador en el desarrollo de comportamientos agresivos como reacción del adolescente cuando ha sufrido cibervictimización.

#### **4.2. Discusión general**

Los cuatro estudios que comprenden esta Tesis Doctoral permiten avanzar en la conceptualización y comprensión del perdón como recurso personal protector en la adolescencia. De forma general, los cuatro estudios ponen de manifiesto que la capacidad para perdonar de los adolescentes juega un importante papel en la salud mental y el ajuste psicológico. Igualmente, tres estudios ponen de manifiesto el rol protector y específico del perdón ante el acoso escolar, relacionándose con mejores indicadores de ajuste psicológico y menores niveles de agresión. En este sentido, los resultados han proporcionado soporte empírico para la mayor parte de los postulados teóricos revisados.

A continuación, el presente apartado plantea dos objetivos, por un lado, discutir los resultados de la revisión realizada y de los tres estudios incluidos para obtener de ellos las conclusiones más relevantes, y, por otro, identificar las limitaciones y futuras líneas de investigación e implicaciones prácticas, abordando aquellos aspectos que aún están desiertos en la relación entre perdón, salud mental y conductas de acoso y ciberacoso en la adolescencia.

#### 4.2.1. Perdón y variables de ajuste psicológico

En relación con la salud mental en la adolescencia, esta Tesis Doctoral ofrece importantes contribuciones sobre la influencia del perdón en la salud mental de los adolescentes tras episodios de acoso y ciberacoso y de los aspectos relacionados con el perdón que incrementan (i.e. no-perdón como la venganza y la evitación) o disminuyen (i.e. perdón rasgo o estado) las probabilidades de verse involucrado en el fenómeno violento. El compendio de trabajos realizados en esta Tesis Doctoral se enmarca dentro de la corriente de la Psicología Positiva (Peterson y Seligman, 2004) y del modelo estrés y afrontamiento (en inglés, *stress-and-coping model*; Lazarus y Folkman, 1984). Considerando estos marcos teóricos, el perdón se consideraría como un recurso personal positivo (Peterson y Seligman, 2004) que se puede poner en marcha como una estrategia de afrontamiento centrada en la emoción (Worthington y Scherer, 2004). En concreto, la presencia de perdón disposicional (Peterson y Seligman, 2004) llevaría a mayores niveles de perdón situacional, es decir, facilitaría el perdón como estrategia de afrontamiento ante contextos estresantes como las situaciones de acoso escolar (Egan y Todorov, 2009; Worthington y Scherer, 2004). En este sentido, aquellos individuos que poseen mayores niveles de perdón como rasgo pueden poner en marcha el perdón como estrategia de afrontamiento ante sufrir acoso tradicional y ciberacoso que, desde el modelo de Worthington y Scherer (2004), conlleva cuatro planteamientos fundamentales: (1) el no-perdón activa las respuestas de estrés, (2) el perdón es uno de los muchos mecanismos de afrontamiento ante dicho no-perdón, (3) el perdón reduce el estrés del no-perdón, y (4) el afrontamiento a través del perdón se relaciona con

una mejor salud. Desde esta perspectiva, las situaciones de acoso serían percibidas como una amenaza o como un reto, dependiendo de varios factores, como la severidad del daño, y los recursos disponibles para afrontar la transgresión. Además, estas situaciones de acoso pueden generar diferentes reacciones de estrés fisiológicas, cognitivas, motivacionales, comportamentales y emocionales. De esta manera, en el caso de que el estresor sea percibido como amenazante y difícil de afrontar, las personas van a tener una respuesta de estrés de no-perdón (i.e. emociones y motivaciones negativas), que pueden ser aliviadas mediante la búsqueda de venganza o evitación del acosador (Kowalski et al., 2014). Sin embargo, el perdón actuaría como un importante amortiguador en el impacto de este tipo de reacciones ante transgresiones interpersonales, lo que conllevaría a un afrontamiento más positivo de la transgresión y a mejores indicadores de salud (Toussaint et al., 2015).

Pese a los avances en el campo de investigación de la Psicología Positiva, siguen siendo pocos los estudios empíricos que se centran en la influencia del perdón sobre la salud mental de los adolescentes y, menos aún en contextos de acoso y ciberacoso. De esta manera, el segundo estudio apoya la literatura sobre los beneficios del perdón en la salud mental, controlando los factores de personalidad y examinando las diferencias de sexo en una amplia muestra de adolescentes. En línea con los estudios que encuentran diferencias entre hombres y mujeres en las puntuaciones del perdón, este segundo estudio muestra que, aunque las chicas presentan mayores niveles de perdón, son los chicos quienes informan de beneficios cuando se tiene en cuenta la sintomatología depresiva y el riesgo suicida. Así, los chicos con altos niveles de sintomatología depresiva, cuando las puntuaciones de perdón son más altas, informan de menores comportamientos y pensamientos suicidas. No obstante, estos resultados no son sorprendentes dados los factores socioculturales y educativos diferenciales (p. ej., la socialización de sexo o los mecanismos de afrontamiento relacionados con el sexo) a la que se ven expuestos hombres y mujeres. A pesar de que las chicas puntúan más alto en perdón y en variables relacionadas como mayores niveles de agradabilidad, empatía y estrategias centradas en la emoción (Rey y Extremera, 2016; Toussaint et al., 2015), ciertos

factores podrían estar afectando a la relación entre perdón y salud. Por ejemplo, las mujeres parecen presentar mayores probabilidades de experimentar rumiación y ser más susceptibles de experimentar estrés y emociones negativas durante transgresiones interpersonales en comparación con los hombres (Hankin et al., 2015; Nolen-Hoeksema, 2012). En definitiva, los hallazgos de este segundo estudio señalarían diferencias de sexo en la adolescencia que podrían estar afectando al impacto del perdón sobre la salud mental. Estos resultados abren nuevas líneas de investigación y apuntarían hacia la necesidad de considerar estas diferencias de sexo a la hora de implementar programas de entrenamiento en perdón para mejorar los indicadores de salud mental en la adolescencia.

Siguiendo la línea de estudio de los efectos positivos del perdón, el tercer estudio es un primer acercamiento al impacto del perdón sobre la salud mental ante ambas formas de acoso (tradicional y ciberacoso). Desde una perspectiva exploratoria, este estudio apoya los resultados de las investigaciones que han relacionado el perdón con mayor salud mental y bienestar general, lo que contribuía a un mejor ajuste psicológico (Akhtar y Barlow, 2016; Toussaint et al., 2015). De esta forma, y tras controlar la edad, el sexo y el efecto de ser victimizado por el otro tipo de acoso, los resultados del tercer estudio muestran que los adolescentes que sufren victimización por acoso tradicional o por ciberacoso y, a su vez, informan de altos niveles de perdón, van a presentar mejores indicadores de ajuste psicológico comparados con aquellos iguales con bajos niveles de perdón. Específicamente, los adolescentes victimizados por acoso tradicional y ciberacoso con altos niveles de perdón tienden a informar de mayores niveles de satisfacción vital en comparación con aquellos adolescentes con bajos niveles de perdón. En este mismo sentido, los estudiantes que han sufrido acoso tradicional, pero presentan alto perdón, van a mostrar menores niveles de comportamientos y pensamientos suicidas comparados con aquellos con bajo perdón. Estos hallazgos podrían apuntar a diferencias en la influencia del perdón según las características de estos tipos de agresión. De acuerdo a otros autores (p. ej., Gerlsma y Lugtmeier, 2018), la percepción de severidad del daño y el tipo de ofensa son aspectos que podrían estar

afectando a los niveles y la influencia del perdón. Los resultados del tercer estudio junto con la literatura existente sobre la importancia de las características de la transgresión interpersonal abren un novedoso campo de investigación en torno a la influencia diferencial del perdón ante diferentes formas de acoso escolar.

#### **4.2.2. Perdón y comportamientos agresivos**

En lo que respecta al estudio de la relación entre perdón y las conductas agresivas de acoso escolar, nuestro trabajo presenta importantes contribuciones. La revisión sistemática de 18 estudios, de forma general, muestra la existencia de una asociación negativa entre el perdón y la realización de conductas de acoso y ciberacoso, así como una asociación positiva entre las motivaciones de no-perdón y la realización de conductas de acoso.

De manera más específica, en varios de los estudios revisados, se encontró que las emociones negativas y las motivaciones de no-perdón estaban relacionadas con la proporción de víctimas de acoso tradicional y ciberacoso que se convierten en acosadores (König et al., 2010; Peets et al., 2012; Quintana-Orts y Rey, 2018; Safari, Tentama y Suyono, 2016; Watson et al., 2015). Esta emocionalidad negativa reduciría las habilidades de resolver los problemas sociales de manera efectiva y llevarían a las víctimas a procesar la información social de una manera hostil (Ak et al., 2015), aumentando la probabilidad de ejercer conductas agresivas y de convertirse en acosador. Por otro lado, los resultados de los estudios revisados sugieren que el perdón es una estrategia centrada en la emoción que puede ayudar a controlar las emociones, pensamientos y reacciones negativas que sufre una víctima tras una transgresión interpersonal (Egan y Todorov, 2009; Freedman, 2018; Worthington y Scherer, 2004). De esta manera, en línea con otros estudios (Skaar et al., 2016; van der Wal et al., 2017), estos hallazgos indican que los adolescentes podrían afrontar de mejor manera esos estados afectivos agresivos usando el perdón como un recurso que permite una regulación de las emociones, pensamientos y comportamientos más positivos,



y que llevan a un manejo más efectivo de la transgresión interpersonal, como la búsqueda de apoyo (Flanagan et al., 2012).

En lo que respecta a la relación entre sufrir cibervictimización y realizar conductas de agresión por la red como forma de respuesta, nuestro trabajo presenta también aportaciones relevantes a las investigaciones que han indicado el rol de víctima-acosadora como un grupo de alto riesgo aún poco estudiado y comprendido (Holt et al., 2015; Piquero, Piquero y Underwood, 2017). La literatura ha señalado una alta implicación de adolescentes que sufren ciberacoso y a la vez ejercen conductas agresivas de ciberacoso, dando lugar a uno de los roles que se conoce como víctima-acosadora y que conlleva consecuencias incluso más adversas en el ajuste psicológico (Elipe et al., 2015; Piquero et al., 2017). Esta tendencia parece estar relacionada con un manejo inadecuado de la situación de acoso, derivando en emociones negativas como el enfado (Ortega et al., 2012) que se han relacionado con mayores conductas y reacciones violentas y agresivas (Ak et al., 2015; Kowalski et al., 2014). De hecho, Kowalski y colaboradores (2014) señalan que ser víctimas de acoso es el mayor predictor de realizar conductas agresivas de acoso, es decir, de convertirse también en acosador. El cuarto estudio corrobora esta tendencia y, a su vez, refuerza el papel protector del perdón como recurso personal que se relaciona y amortigua esta tendencia a ciberacosar. Estos hallazgos en torno a la influencia del perdón en la probabilidad de ser víctimas y convertirse en acosador, abre una nueva línea de investigación e intervención innovadora que sostiene el perdón como un importante amortiguador en esta relación en contextos de ciberacoso. De esta manera, los resultados del estudio cuarto sugieren que entrenar en los adolescentes el perdón, cuando presentan alta frecuencia de cibervictimización, puede prevenir conductas agresivas por las redes y las nuevas tecnologías y, por tanto, podría evitar que estas víctimas se convirtieran en ciberacosadores.

En definitiva, nuestros resultados son coherentes y van en consonancia con los crecientes hallazgos empíricos y los modelos teóricos de perdón que se utilizan en la

actualidad, resaltando cómo son los cambios positivos y cuáles se producen cuando un individuo perdona tras una situación de acoso. Sin embargo, debido a que se trata de un campo emergente, son necesarias futuras investigaciones para conocer en mejor medida las diferencias que tiene el impacto del perdón sobre el ajuste psicológico y los comportamientos agresivos ante situaciones de acoso tradicional y ciberacoso (p. ej., diferencias de sexo o posibles mecanismos explicativos subyacentes a estas diferencias).

#### **4.2.3. Limitaciones y futuras líneas de investigación**

En la línea de los trabajos realizados sobre el perdón, en general, y sobre los fenómenos de acoso y ciberacoso que se produce en la adolescencia, en particular, el objetivo del presente trabajo ha sido realizar una aportación empírica que permitiese avanzar en la comprensión de la relación existente entre perdón y ambas formas de acoso. Aunque estas y otras investigaciones han mostrado evidencias del papel que el perdón desempeña ante transgresiones interpersonales, pocos trabajos han explorado la influencia de este factor en el contexto de acoso y ciberacoso en poblaciones de adolescentes. Hasta donde alcanza nuestro conocimiento, este trabajo ofrece los primeros resultados relacionando perdón, salud mental y acoso escolar en población española adolescente. A pesar de la relevancia y novedad de los resultados obtenidos, el conjunto de artículos presentados adolece de una serie de limitaciones que merecen ser consideradas y que se comentan a continuación.

En primer lugar, cabe mencionar que estos datos obtenidos en este trabajo son de carácter transversal y, por lo tanto, no es posible establecer la relación causal o temporal entre las variables analizadas, es decir, ni de la cibervictimización frente a la ciberagresión (estudio 4), ni entre el perdón y las distintas formas de implicación en el acoso y en el ciberacoso (estudio 3 y 4), ni entre el perdón y los indicadores de salud mental de los adolescentes (estudio 2). Por todo ello, a pesar de que los estudios presentados se han basado en evidencias teóricas y empíricas de la literatura científica, es necesario corroborar los resultados obtenidos a nivel longitudinal y experimental para la generalización. Por ejemplo,

en investigaciones futuras sería interesante utilizar diseños prospectivos y longitudinales para analizar los cambios a lo largo del tiempo del papel predictor del perdón sobre las conductas agresivas de acoso tradicional y ciberacoso o los indicadores de salud mental.

En segundo lugar, entre las limitaciones de los estudios empíricos, la evaluación de las diferentes variables de interés se ha llevado a cabo con pruebas de autoinforme. Este tipo de medidas pueden resultar imprecisas debido a varios factores: (1) el riesgo de sesgo por deseabilidad social, (2) una estimación poco precisa del adolescente al valorar la frecuencia con la que comete o es sometido a comportamientos de acoso, (3) la no consideración de algunas variables que se han mostrado asociadas con el perdón como, por ejemplo, la severidad percibida de la ofensa o la rumiación (p. ej., Gerlsma y Lugtmeijer, 2018; Ysseldyk, Matheson y Anisman, 2007). Es recomendable que futuras investigaciones incluyan estas y otras variables relacionadas con las creencias y percepciones hacia la agresión y el perdón. Además, otra línea de investigación de especial interés en esta área de la Psicología Positiva sería el desarrollo futuro de alguna medida de habilidad del perdón, de manera que se evaluara la capacidad de perdonar (p. ej., con medidas de ejecución) y no la percepción subjetiva de los adolescentes acerca de cómo es su capacidad de perdonar.

Por último, si bien las muestras utilizadas para estos estudios son amplias y homogéneas en cuanto al sexo, debido a que la recogida de datos se ha realizado principalmente en la provincia de Málaga, las muestras de participantes no resultan suficientes ni representativas de la población española de adolescentes. Asimismo, los datos presentes se han centrado en población general y en la frecuencia de victimización (estudio 3 y 4). Es recomendable que futuras investigaciones se centren en estudiar el papel del perdón en diferentes roles implicados en el acoso (p. ej., víctimas, acosadores, víctimas acosadoras, observadores, etc.) e, incluso, en muestras con diagnósticos clínicos (p. ej. depresión). Todo ello con el objetivo de profundizar en la influencia y beneficios del perdón de cara a desarrollar programas contra el acoso escolar y tratamientos terapéuticos efectivos.

No obstante, a pesar de estas limitaciones, se debe enfatizar que estos cuatro estudios realizados con amplias muestras de adolescentes aportan resultados que apuntan hacia importantes implicaciones prácticas relacionadas con la prevención del acoso y ciberacoso, así como los tratamientos clínicos con adolescentes victimizados.

#### **4.2.4. Implicaciones prácticas**

Según los datos recogidos en la literatura científica de los últimos años sobre la efectividad de los programas contra el acoso escolar, se concluye que el éxito de estas intervenciones sigue siendo limitada pese a que se ha logrado disminuir la prevalencia (p. ej., Jiménez-Barbero et al., 2016). Hay ciertos puntos clave a tener en cuenta tanto en el diseño como en la implementación de programas para aumentar el éxito de la prevención e intervención del acoso escolar. Esta Tesis Doctoral pone de manifiesto que uno de estos puntos clave es la regulación de las emociones tras eventos estresantes, dado que no es suficiente con disminuir el número de casos, sino que es importante trabajar con el impacto emocional de las víctimas (Ortega et al., 2012). Partiendo de que el acoso escolar es una situación interpersonal estresante que puede percibirse como amenazante y que deriva en diferentes reacciones más o menos efectivas para controlar las emociones negativas, desarrollar competencias que ayuden a los adolescentes a controlar su afectividad, pensamientos y comportamientos negativos es prioritario.

Existe evidencia preliminar que apunta a que un entrenamiento en perdón reduce la incidencia de comportamientos agresivos y mejora los indicadores de salud mental y bienestar en los adolescentes (Akhtar y Barlow, 2016; Park et al., 2013; Vassilopoulos, Koutsoura, Brouzos y Tamami, 2018). Por tanto, tomando en consideración los datos de estos y otros trabajos, junto a los resultados de esta Tesis Doctoral, una intervención desde la escuela dirigida a reducir y prevenir las conductas agresivas y mejorar el ajuste psicológico debe mostrar especial interés en el uso del perdón como estrategia centrada en la emoción. Por tanto, desde las propias aulas sería importante desarrollar el perdón en acosadores y

víctimas, no sólo por los beneficios en la salud tras situaciones de acoso, sino por la disminución de las respuestas y conductas de acoso y ciberacoso. En el caso de las víctimas, dado el carácter amortiguador del perdón entre sufrir victimización y la tendencia a realizar acoso, desarrollar el perdón conllevaría a la reducción del riesgo de convertirse ellos mismo en acosadores. Por ello, el entrenamiento y mejora del perdón podría suponer una reducción significativa de la probabilidad de convertirse en víctimas-acosadoras y de los problemas en la salud mental que ello acarrea. En el caso de perfiles agresivos (i.e. acosadores o víctimas-acosadoras), es posible que los adolescentes tengan más dificultades en manejar sus emociones, pensamientos y comportamientos negativos y utilicen la venganza como estrategia de regulación ante un evento que desencadene un impacto emocional negativo (Ak et al., 2015; Kowalski et al., 2014). Por ello, es necesario trabajar con este colectivo para que reciban una formación acerca de la identificación, comprensión y regulación de esas motivaciones de venganza y desarrollen su capacidad de perdonar. En este sentido, un primer acercamiento al perdón mediante el reconocimiento de los mecanismos implicados, como considerar el punto de vista de la otra persona o empatizar, les permitiría alcanzar una posible explicación de por qué actúan de forma agresiva, así como les ayudaría a identificar y reconocer el daño cometido, comprendiendo el efecto negativo que ha provocado y reconociendo su responsabilidad ante las consecuencias negativas.

En estas vías de intervención para favorecer el perdón como punto estratégico en las dinámicas escolares, no se debe olvidar la figura del profesor y de los padres como modelos a seguir. Tal y como recogen diferentes estudios (Ahmed y Braithwaite, 2005, 2006; Watson et al., 2015), el aprendizaje y las recomendaciones en torno al perdón tras una ofensa o transgresión personal no sólo presentan beneficios para las víctimas, sino que benefician al resto de estudiantes ya que evitarían la continuación de círculos viciosos de violencia y venganza en las aulas. En este sentido, las intervenciones podrían verse beneficiadas por la implicación de padres y profesores a la hora de fomentar el perdón en lugar de la venganza o la evitación en las transgresiones interpersonales. Por ello, programas que trabajen el

perdón en las propias familias y en los educadores y profesionales de la educación son igualmente necesarios para un mayor conocimiento y efectividad de las intervenciones. Es importante desarrollar la base desde la propia familia, ya que con modelos adultos los niños aprenden a pedir disculpas, perdonar y promover el perdón más fácilmente (Serrano, Prieto-Ursúa y López, 2018). Por su parte, el fomento del perdón a través de los educadores, orientadores y personal directivo conlleva una serie de beneficios a nivel social. El perdón representa un recurso personal esencial para aprender a manejar con éxito las decepciones, ofensas y conflictos interpersonales que se presentan durante las interacciones sociales en el día a día, tanto con sus iguales como con los adultos. Por tanto, este recurso favorecería una convivencia y un clima más positivo (Skaar et al., 2016) y ayudaría a los adolescentes a mejorar y satisfacer otras áreas de su vida: moral, social, emocional y comportamental (Hui et al., 2011).

Por otra parte, de cara a una terapia psicológica centrada en mejorar la salud mental de las víctimas tras un daño personal, sería interesante trabajar en las sesiones la capacidad para perdonar. Dado que el perdón no implica necesariamente reconciliación, ni olvidar, tolerar o excusar la ofensa, un entrenamiento centrado en esta etapa de conocimiento y comprensión del perdón permitirá un mejor desarrollo de este recurso que garantice valorar el cambio en la regulación de los diferentes procesos psicológicos que se están poniendo en marcha y sus consecuencias. Por ejemplo, diferenciar qué implica y qué no implica perdonar podría servir para proteger a las víctimas de relaciones poco saludables o de abuso (Serrano et al., 2018), ayudándoles a conocer los límites en casos de transgresiones sobre ellos y estimulando estrategias que le ayuden a hacer respetar esos límites como, por ejemplo, informando y denunciado los comportamientos de acoso. Asimismo, en el caso de que se haya hecho daño a otra persona, el desarrollo del perdón en la adolescencia permite un aprendizaje sobre la responsabilidad de los propios comportamientos y las consecuencias que tienen sobre los demás (Serrano et al., 2018).

En conclusión, los resultados obtenidos en los 4 estudios contribuyen al intento de responder a la pregunta de qué papel tienen el perdón en la conducta agresiva y la salud mental de los adolescentes. Aunque son necesarios más estudios para corroborar los resultados, parece que el fomento del perdón podría ser un componente útil e, incluso, complementario en los programas de intervención contra el acoso y ciberacoso y debería incluirse en las prácticas educativas y clínicas que trabajen con población adolescente. Sin duda, profundizar en el estudio de la implicación del perdón y su impacto en el acoso ayudaría a avanzar en el estudio de cómo integrar esta información en los programas prevención e intervención. Como consecuencia, estos programas podrían desarrollar de manera más eficaz competencias emocionales necesarias tras una transgresión interpersonal para inhibir la conducta agresiva y su impacto en la salud, así como para mejorar la calidad de las interacciones sociales.



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA



## **CHAPTER 5**

### **[CAPÍTULO 5]**

#### **ENGLISH SUMMARY AND GENERAL CONCLUSIONS**

#### **[RESUMEN EN INGLÉS Y CONCLUSIONES GENERALES]**

### **5. English Summary and General Conclusions**

#### **5.1. Introduction**

##### **5.1.1. Bullying and cyberbullying**

##### **5.1.2. Forgiveness as a protective personal factor against bullying and cyberbullying**

#### **5.2. Aims and Method**

##### **5.2.1. Aims**

##### **5.2.2. Method**

#### **5.3. Results and General Discussion**

##### **5.3.1. Results**

##### **5.3.2. General discussion**

#### **5.4. General Conclusions**



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

## 5. English Summary and General Conclusions

### 5.1. Introduction

#### 5.1.1. Bullying and cyberbullying

Since the nineteen seventies (Heinemann, 1972; Olweus, 1978), much attention has been paid to the prevalence, prevention and consequences of bullying in school-age children and adolescents in Scandinavia (Zych, Ortega-Ruiz, & Del Rey, 2015a). The first study about bullying in Spain's various autonomous communities appeared in 1999 (Defensor del Pueblo, 2000). This study was carried out using a sample of 3000 students from 300 compulsory secondary education centers and examined the prevalence of thirteen aggressive acts, including bullying behaviors. Research on bullying and cyberbullying has advanced considerably since then from the scientific, clinical, political, educative and social perspectives (Zych, Ortega, & Del Rey, 2015a, 2015b). The major challenges facing researchers continue to be identifying and understanding bullying-related factors and consequences, as well as in which ways adolescents can be protected against bullying and cyberbullying.

#### Nature and characteristics

Traditional bullying is generally defined as repeated exposure to face-to-face aggression in which a person or a group intentionally inflicts pain on a victim who cannot easily defend him- or herself (Ortega, 2010; Smith & Brain, 2000; Zych et al., 2015a). Several aspects of bullying distinguish it from other violent behaviors, e.g. the repetition of the harm (Ortega, 2010), the intentionality (Olweus, 1999; Smith & Brain, 2000), the dominance-submission relationship and power imbalance whereby victims are disadvantaged with respect to the bullies (Del Rey & Ortega, 2007) and the law of silence (Ortega, 2010). In recent years digital advances have enabled negative social interactions in cyberspace, known as cyberbullying (Casas, 2013; Tokunaga, 2010). Cyberbullying, also known as digital bullying, is defined as repeated the sending of aggressive and hostile messages via

electronic and social media (e.g., email, blogs, instant messages; Kowalski et al., 2014) and has specific features, such as anonymity, the rapid speed of distribution and the inability to disconnect from the virtual environment (Antoniadou & Kokkinos, 2015). Currently there is a scientific debate over whether cyberbullying is just a form or extension of traditional bullying (Olweus, 2013) or should be considered a new and separate phenomenon (Slonje, Smith & Frisen, 2013). Several authors have suggested that traditional bullying and cyberbullying are more similar than different and often coexist (e.g., Bauman & Newman, 2013; Thomas, Connor, & Scott, 2015; Zych, Ortega-Ruiz, & Del Rey, 2015b). These authors have pointed out that similar prevention and intervention practices can be applied to both phenomena (Bauman & Newman, 2013; Thomas et al., 2015) and, thereby efforts should be placed over which are the factors that influence the impact of traditional bullying and cyberbullying among adolescents.

Recent meta-analyses and systematic reviews have reported that anti-bullying programs are effective in preventing or reducing bullying at school (Farrington & Ttofi, 2009; Jiménez-Barbero, Ruiz-Hernández, Llor-Zaragoza, Pérez-García & Llor-Esteban, 2016; Ttofi & Farrington, 2011). Although there is evidence that bullying and violence interventions in school settings are beneficial, the success of programs is modest and typically several adolescents continue to be victimized even after involvement in a school-based intervention (Kaufman, Kretschmer, Huitsing, & Veenstra, 2018). Several authors have suggested that efforts should be made to identify the key emotional and social skills and competences that might reduce or eliminate aggression in school settings (Egan & Todorov, 2009; Kokkinos & Kipritsi, 2012; Zych et al., 2017). A better understanding factors that may protect against traditional bullying and cyberbullying could be useful in preventing these phenomena, helping adolescents cope with the impact and promoting healthier psychological development.

## Prevalence

Although traditional bullying and cyberbullying are global problems (Craig et al., 2009), there are big cultural and geographical differences in its prevalence (Craig et al., 2009; Calmaestra et al., 2016). A meta-analysis of 80 studies concluded that 35% of students have been victims of some form of traditional bullying (Modecki, Minchin, Harbaugh, Guerra, & Runions, 2014), a phenomenon that decreases with age (Garaigordobil, 2018). Most studies of cyberbullying have reported rates between 6.5% (Ybarra & Mitchell, 2004) and 72% (Juvonen & Gross, 2008). Recently Save the Children (Calmaestra et al., 2016) carried out the first study of bullying prevalence in Spain in a sample of adolescents ranging from 12 to 16 years old. Andalusia was found to have the second highest rate of traditional bullying amongst the autonomous communities and the highest rate of cyberbullying. Traditional bullying decreases with age, but research on the relationship between age and cyberbullying has produced mixed results, with most of studies showing a trend towards lower levels of cyberbullying during preadolescence and an increase amongst 14- to 15-year-olds (Garaigordobil, 2018). Girls often report higher rates of traditional victimization (girls: 10.3%; boys: 8%) and cybervictimization (girls: 8.3%; boys: 5.3%) (Calmaestra et al., 2016).

## Consequences

Due to its complexity school bullying is difficult to eradicate and some students will still be targeted (Zych et al., 2017). Being bullied or cyberbullied has been related to a host of short-and long-term negative consequences (Stapinski, Araya, Heron, Montgomery, & Stallard, 2015; Zych et al., 2015b) which can persist into adulthood (e.g., Sigurdson, Undheim, Wallander, Lydersen, & Sund, 2015). In particular, victims of traditional and online bullying are more likely to have externalizing and internalizing psychological problems, such as depression, anxiety, suicidal ideation and attempts or aggressive and

delinquent behaviors (Barboza, 2015; Moore, Norman, Suetani, Thomas, Sly & Scott, 2017; Sigurdson et al., 2015).

Victims of traditional bullying and cyberbullying also display high levels of negative emotions such as fear, sadness, loneliness, shame and embarrassment (Ortega, Elipe, Mora-Merchán, Calmamestra, & Vega, 2009), with anger being the most common emotional response reported by victims (Ortega et al., 2012). The negative emotional impact of bullying may affect coping strategies and the impact of the violence on adolescents' adjustment (Elipe, Mora-Merchán, Ortega-Ruiz, & Casas, 2015). If bullying is not handled appropriately the resulting negative emotions might lead adolescents to be involved in more aggressive and delinquent behaviors such as bullying back (e.g., Ak, Özdemir, & Kuzucu, 2015; Barboza, 2015).

Traditional bullying and cyberbullying victimization are known mental health and socio-emotional adjustment risk factors, so researchers have pointed out that reducing bullying aggressions is not enough; it is also necessary to tackle the emotional aftermath (Ortega et al., 2012). Theoretical and empirical studies have suggested that socio-emotional factors such as empathy, social skills, forgiveness or emotional intelligence can protect against traditional bullying and cyberbullying (Elipe et al., 2015; Kokkinos & Kipritsi, 2012; Quintana-Orts, Rey, Mérida-López, & Extremera, 2018; Zych et al., 2017). Nevertheless, there are still numerous gaps in our knowledge of potential protective factors that could be exploited in programs to prevent bullying and minimize the damage to victims. Further research into the complex relationships and the underlying mechanisms is needed (Farrington & Baldry, 2010; Zych, Farrington, & Ttofi, 2019).

### 5.1.2. Forgiveness as a protective personal factor against bullying and cyberbullying

Despite increasing scientific attention to traditional bullying and cyberbullying, there remain challenges to research and clinical progress in the identification and understanding of factors associated with prevention of these phenomena. Traditionally, bullying has been treated as a pathology and research and interventions have focused on the mitigation of risk factors and the amelioration of the deficiencies that make individuals susceptible to being bullied (Hinduja & Patchin, 2017). Although focusing on victims' deficiencies is useful from a prevention perspective, it is argued that a new paradigm is needed, encompassing protective factors that could not only help victims to overcome the deleterious consequences of interpersonal harm, but also equip them with health-protective skills that will help them to cope with stressful events and reduce the likelihood potential perpetrators engaging in interpersonal transgressions such as bullying (Hinduja & Patchin, 2017; Kowalski et al., 2018).

In recent years, in response to the need for strength-oriented models and emphasis on more positive aspects of development (Ttofi & Farrington, 2012), new theoretical approaches that try to clarify the roles of factors that protect against bullying (Hinduja & Patchin, 2017). Researchers working within the Positive Psychology framework (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000) have examined a variety of individuals factors that could potentially be the focus of interventions to tackle traditional bullying and cyberbullying (Franks, Rawana, & Brownlee, 2013; Hinduja & Patchin, 2017; Zych et al., 2017) in order to reduce or eradicate these aggressive behaviors and their consequences (Hinduja & Patchin, 2017; Kowalski et al., 2014), and foster adolescents' wellbeing (Proctor et al., 2011).

Although there is no single victim profile, several individual factors (e.g., empathy, social skills, forgiveness or emotional competence) have been proposed to influence the association between victimization and diverse health difficulties and to protect adolescents against bullying (Elipe et al., 2015; Kokkinos & Kipritsi, 2012; Kowalski et al., 2018;

Quintana-Orts et al., 2018). During recent decades a growing body of research on forgiveness in traditional bullying and cyberbullying has emerged (Egan & Todorov, 2009; Hui, Tsang, & Law, 2011). Research based on the personal strengths framework suggests that forgiveness could play an important role in dealing with interpersonal transgressions due to its beneficial effects on mental health and wellbeing (e.g., Akhtar & Barlow, 2016), and its negative associations with aggressiveness and other conduct problems (e.g., Park, Enright, Essex, Zahn-Waxler, & Klatt, 2013).

### **Definition of forgiveness**

Forgiveness is a complex construct that involves cognitive, affective, behavioral, motivational, decisional, and interpersonal components (Toussaint et al., 2015; Worthington & Scherer, 2004), hence there is still no agreed definition of forgiveness and researchers have used many different theoretical conceptualizations (Toussaint et al., 2015; Worthington & Scherer, 2004). The most commonly used approaches are the stress-and-coping model (for a review, see Strelan, in press; Worthington, 2006), the interpersonal interdependence model (Finkel, Rusbult, Kumashiro, & Hannon, 2002), and the evolutionary model (McCullough, 2008). Forgiveness has also been identified as a state/situational or trait/dispositional variable (Berry, Worthington, O'Connor, Parrott, & Wade, 2005; Toussaint, Worthington, & Williams, 2015). From a situational perspective, forgiveness is a specific response to an interpersonal transgression, whereas from a dispositional approach, forgiveness (also known as 'forgivingness') is a disposition that is relative stable across time and situations and is part of an individual's personality (Toussaint et al., 2015; Worthington et al., 2015). Due to the many models and the increased interest in forgiveness, many measures have been developed to capture its various components (Fernández-Capo et al., 2017; Worthington et al., 2015) (see Table 1).



Table 1. Most frequently-used measures of forgiveness among adolescents (Card, 2018; Quintana-Orts et al., in press).

Forgiveness measure	Forgiveness type	Brief description	Item example
Enright Forgiveness Inventory for Children (EFI-C; Enright et al., 2007)	States of forgiveness: feelings (F), behavior (B) and cognition (C)	30-item 5-point Likert scale (originally 60 items based on EFI (Enright, Rique, & Coyle, 2000)	“I feel friendly” (F) “I do not talk to him/her” (B) “I think he/she is mean” (C)
Forgiveness of Self and Forgiveness of Others Scale (FSFO, Mauger et al. 1992)	Trait of forgiveness: Forgiveness of Self (FS) and Forgiveness of Others (FO)	30-item T/F scale	“I frequently apologize for myself” (FS)*
Forgivingness Questionnaire (FQ; Mullet et al., 2003)	Trait of forgiveness: lasting resentment (LR), forgiveness (F) and revenge (R)	12-item 7-point Likert scale (originally 18 items)	“I feel unable to forgive even if the offender has begged for forgiveness” (LR) “I can truly forgive even if the consequences of harm are serious” (F)
Heartland Forgiveness Scale (HFS; Thompson et al., 2005)	Trait of forgiveness: self-forgiveness (HFS Self), interpersonal forgiveness (HFS Other) and forgiveness of situations (HFS situations)	18-item 7-point Likert scale (originally 30 items)	“With time, I am understanding of myself for mistakes I’ve made” (HFS Self) “If others mistreat me, I continue to think badly of them” (HFS Other) “When things go wrong for reasons that can’t be controlled, I get stuck in negative thoughts about it” (HFS Situation)
Transgression Narrative Test of Forgiveness (TNTF; Berry, Worthington, O-Connor, Parrott, & Wade, 2005)	Trait of forgiveness	10-item 5-point Likert scale (originally 15 items)	“I try to forgive others even when they don’t feel guilty for what they did”
Forgiveness Likelihood Scale (FLS; Rye et al., 2001)	Trait of forgiveness	10-item 5-point Likert scale	“A stranger breaks into your house and steals a substantial sum of money from you. What is the likelihood that you would choose to forgive the stranger?”

Forgiveness measure	Forgiveness type	Brief description	Item example
Subscale of dispositional forgiveness (VIA-Y; Peterson & Seligman, 2004)	Trait of forgiveness	10-item 5-point Likert scale	"I am usually willing to give someone another chance"
Trait Forgivingness Scale (TFS; Berry et al., 2005)	Trait of forgiveness	10-item 5-point Likert scale (originally 15 items)	"I have always forgiven those who have hurt me"
Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory (TRIM; McCullough et al., 2003)	States of forgiveness (TRIM-18: R; A; B) and unforgiving motivations (TRIM-12: R; A)	18-item 5-point Likert scale (6 items per subscale)	"I'll make him or her pay" (R) "I'd withdraw from him/her" (A) "Even though his/her actions hurt me, I still have goodwill for him/her" (B)

Although there is no universally accepted conceptualization, descriptions of forgiveness include the following aspects: "(a) the reduction in vengeful and angry thoughts, feelings, and motives that may be accompanied (especially in stable, valued relationships) by (b) an increase in some form of positive thoughts, feelings, and motives" (Wade, Hoyt, Kidwell, & Worthington, 2014, p. 154) towards the transgression, the transgressor or oneself (Toussaint et al., 2015). An emerging consensus amongst researchers is that forgiveness involves more than just decreasing or inhibiting negative thoughts, emotions, and behaviors. Researchers agree that forgiveness should be distinguished from forgetting condoning, or excusing the injustice, and that it is not merely the opposite of lack of forgiveness (i.e., hostility, fear, bitterness and vengefulness; Toussaint et al., 2015; Wade et al., 2014). Forgiveness can be understood as one of many ways of coping with interpersonal transgressions that have led to lack of forgiveness (Strelan & Covic, 2006). Thus, although forgiveness is negatively related to 'unforgiveness', these constructs are not the inverse of one another: those high in forgiveness often reported little 'unforgiveness', but those low in forgiveness reported a wide range of levels and reactions of 'unforgiveness' (Toussaint et al., 2015). In particular, 'unforgiveness' involves enduring bitterness, resentment, and anger following an interpersonal transgression or offense and is

related to avoidance and revenge motivations (León-Moreno, Martínez-Ferrer, Musitu-Ochoa, & Moreno-Ruiz, 2019; Toussaint et al., 2015; Wade & Worthington, 2003). In addition, an unforgiving attitude is linked to rumination (i.e. repetitive negative feelings and thoughts associated to the transgression) which, in turn, leads to both psychological and physiological consequences (e.g., depressive symptoms, violent behaviors or physiological activation; Toussaint et al., 2015; Worthington & Scherer, 2004).

### **Benefits of forgiveness**

Research has identified intrapersonal and interpersonal benefits of forgiveness across many types of violence and aggression, such as betrayal, conflict with romantic partners and other offenses (Akhtar & Barlow, 2016; Riek & Mania, 2012; Toussaint et al., 2015; Wade et al., 2014; Webb, Toussaint, & Conway-Williams, 2012). At the intrapersonal level, research has shown positive associations between forgiveness and physical and psychological health (see Toussaint et al., 2015). For example, individuals higher in trait and situational forgiveness are less likely to experience symptoms of depression and anxiety, stress reactions, high blood pressure, sleep quality problems or intense negative emotions, such as anger or hostility (Park et al., 2013; Riek & Mania, 2012; Toussaint et al., 2015). Furthermore, forgiveness also can lead to psychological wellbeing, positive affect, optimism, and satisfaction with life (Toussaint et al., 2015). At the interpersonal level, forgiveness has been linked to a decrease in aggressive behaviors and a reduced likelihood of future transgressions and offenses (Riek & Mania, 2012). Moreover, forgiveness is positively related to social support, social skills and reconciliation and negatively related to revenge motivation (Toussaint et al., 2015). Overall, this body of literature suggests that promoting forgiveness should lead to higher relationship satisfaction and more stable friendships in the long term (van der Wal, Karremans, & Cillessen, 2017).

In contrast, a number of studies have demonstrated relationships between an unforgiving attitude, reactive aggression and negative interpersonal outcomes. After

interpersonal transgressions people often experience resentment-based thoughts, emotions, and behaviors that may lead them into a cycle of aggression and violence in an attempt to obtain justice or exact revenge (Akhtar & Barlow, 2016; Gerlsma & Lugtmeyer, 2018; van der Wal et al., 2017). For example, Ak et al. (2015) found that when negative emotions, such as anger, are not handled appropriately after cybervictimization they may lead to cyberbullying aggression. This, in turn, affects psychological and social development, as well as satisfaction and quality in relationships with peers (Perren, Ettekal, & Ladd, 2013).

### **The protective role of forgiveness against bullying**

An increasing number of studies have provided empirical and theoretical evidence that forgiveness can influence bullying and cyberbullying behaviors and consequences (Egan & Todorov, 2009; Hui et al., 2011; Safari, 2016). Forgiveness also had general benefits for adolescents' psychological adjustment (Toussaint et al., 2015) and research has suggested that forgiveness might reduce violent behaviors and reactions associated with bullying (Peets et al., 2013; Van Rensburg & Raubenheimer, 2015), as well as acting as an emotion-focused strategy for coping with the negative outcomes of being bullied (Egan & Todorov, 2009; Skaar et al., 2016).

Research suggests that adolescents who report greater levels of forgivingness in bullying contexts also report a less unforgiving attitude and lower desire to exact revenge on the bully or displace the aggression onto other peers (König et al., 2010; Park et al., 2013; Peets et al., 2013; Safari et al., 2016; Watson et al., 2015). This, in turn, can reduce the psychological and physiological problems associated with be bullied or being a bully and increase adolescents' psychological adjustment and wellbeing (Barcaccia, Howard, Pallini, & Baiocco, 2017; Böllmer, Harris, & Milich, 2006; Flanagan, Vanden Hoek, Ranter, & Reich, 2012; Liu, Lu, Zhou, & Su, 2013; Nabuzoka, Rønning, & Handegård, 2009; van Rensburg & Raubenheimer, 2015). For example, in a study of adolescents aged between 11 and 16 years Liu et al. (2013) found that victims of traditional bullying who reported high levels of

forgivingness were less likely to show suicidal ideation compared to those with lower levels of trait forgivingness. Similarly, Flanagan et al. (2012) found that forgiveness was a positive predictor of indicators of psychological adjustment such as low social anxiety and high self-esteem. Conversely, a strong desire for vengeance and lower levels of forgiveness were correlated with high levels of externalizing problems such as aggression and bullying or cyberbullying behaviors (León-Moreno et al., 2019; Nabuzoka et al., 2009; Safari et al., 2016).

In short, forgiveness could be considered a personal resource (Peterson & Seligman, 2004) that can be used as an emotion-focused coping strategy (Worthington & Scherer, 2004) and can be taught; it helps adolescents to be aware of the full impact and wrongfulness of a transgression and to deal with the aftermath of interpersonal transgression, especially when it is impossible or difficult to take direct action to remove a stressor (Egan & Todorov, 2009; Freedman, 2018; Skaar et al., 2016). In addition, forgiveness also has a positive impact on young people's skills and competencies in interpersonal relationships and may thus reduce bullying in school and online and contribute to a more positive school culture (Hui et al., 2011; Skaar et al. 2016).

Researchers have noted that forgiveness can be critical not only for understanding some mechanisms of bullying, but also for designing programs to prevent traditional bullying and cyberbullying and to manage aggression. However, there are still numerous gaps in our knowledge in this field of research. A growing number of studies based on the stress-and-coping theory (Strelan, in press; Worthington, 2006), are pointing to forgiveness as a personal resource that can alleviate the negative consequences of being bullied (e.g., Ahmed & Braithwaite, 2006; Freedman, 2018) and to help bullies deal with previous hurts (Skaar et al., 2016). A better knowledge of what forgiveness is and its potential benefits would help guide future research and inform practical implications.

## 5.2. Aims and Method

### 5.2.1. Aims

The main purpose of this dissertation was to examine the relationships between forgiveness, mental health and both traditional bullying and cyberbullying, in adolescence. To achieve this general aim, the following four specific aims were delineated:

#### Study 1

---

Quintana-Orts, C., Rey, L., & Worthington, E. L., Jr. (in press). **The relationship between forgiveness, bullying and cyberbullying in adolescence: A systematic review.** *Trauma, Violence, & Abuse*.

The aim of the first study was to review the published literature on the relationship between forgiveness and bullying systematically and summarize it. The systematic review specifically examined the role of forgiveness among adolescents in research using various theoretical conceptualizations of forgiveness and examining different forms of bullying (i.e. traditional bullying and cyberbullying) in different cultural contexts.

#### Study 2

---

Quintana-Orts, C. & Rey, L. (2018). **Forgiveness, depression, and suicidal behavior in adolescents: Gender differences in this relationship.** *The Journal of Genetic Psychology*, 79(2), 85-89.

The aims of the second study were to analyze the relationship between forgiveness and mental health, measured as depression symptoms and suicidal thoughts and behaviors, and to examine whether this relationship differs across gender.

### Study 3

---

Quintana-Orts, C. & Rey, L. (2018). **Traditional bullying, cyberbullying and mental health in early adolescents: Forgiveness as a protective factor of peer victimisation.** *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(11), 2389.

The aim of the third study was to examine the relationships between forgiveness and mental health in the context of traditional bullying and cyberbullying experiences. Specifically, we aimed to provide preliminary data on the associations between forgiveness, both forms of victimization (traditional bullying and cyberbullying) and mental health, measured as satisfaction with life and suicidal thoughts and behaviors.

### Study 4

---

Quintana-Orts, C., & Rey, L. (2018). **Forgiveness and cyberbullying in adolescence: Does willingness to forgive help minimize the risk of becoming a cyberbully?** *Computers in Human Behavior*, 81, 209–214.

The aim of the fourth study was twofold: to explore forgiveness as a predictor of cyberbullying aggression, beyond the variance attributed to cybervictimization; and to analyze whether the relationship between cybervictimization and cyberbullying aggression is moderated by forgiveness

## 2.2. Method

Articles Included	Participants	Studied Variables	Data Analyses
<b>1. The relationship between forgiveness, bullying and cyberbullying in adolescence: A systematic review.</b>	18 studies including adolescents	Different instruments of state and trait forgiveness (EFI-C, TRIM, FQ, etc.) and forms of bullying	Systematic review of the literature
<b>2. Forgiveness, depression, and suicidal behavior in adolescents: Gender differences in this relationship.</b>	572 (49.1% girls) Age range: 13-17	Forgiveness (VIA-Y) Depression Suicide Personality	Pearson's correlation, Multiple regression
<b>3. Traditional bullying, cyberbullying and mental health in early adolescents: Forgiveness as a protective factor of peer victimization.</b>	1044 (50.5% girls) Age range: 12-14	Forgiveness (VIA-Y) Cybervictimization Traditional victimization Suicide Satisfaction with life	Pearson's correlation, T-student independent samples, Moderation test
<b>4. Forgiveness and cyberbullying in adolescence: Does willingness to forgive help minimize the risk of becoming a cyberbully?</b>	1650 (50.5% girls) Age range: 11-20	Forgiveness (VIA-Y) Cybervictimization Cyberbullying aggressive behaviors	Pearson's correlation, T-student independent samples, Hierarchical regression



### 5.3. Results and General Discussion

The manuscripts included in this dissertation, the references and the indications of research quality can be seen in Chapter 3 (Publications included in this thesis).

#### 5.3.1. Results

##### **Study 1: The relationships between forgiveness, bullying and cyberbullying in adolescence: A systematic review**

The purpose of this systematic review of studies was to review the recent literature on the relationship between forgiveness and bullying (both traditional bullying and cyberbullying) in adolescent populations systematically. The PsycINFO, MEDLINE, PsycArticles and Scopus databases were carefully searched over the period of 1-15 July, 2018.

Our research identified 18 articles that examined the relationship between forgiveness and bullying and/or cyberbullying in adolescence empirically. Nearly all the studies ( $n = 15$ ) focused on traditional bullying, two focused on cyberbullying and one assessed both traditional bullying and cyberbullying. The review uncovered the use of several different forgiveness instruments, which were grouped into state and trait measures. The results were divided into three outcome categories: 'unforgiveness', forgiveness and other bullying-related outcomes.

Taken together, the results show that victims of bullying who report forgiveness tend to have better mental health and display less aggression, including less bullying of others. In contrast, adolescent victims of bullying who react by seeking revenge or avoiding the situations in which they were bullied often have psychological problems and also engage in aggressive behaviors, turning into bullies themselves. Moreover, adolescents with high forgiveness usually showed lower levels of aggressive behavior, including measures that considered forgiveness as perceived from others, as a received advice, as

self-forgiveness, or as trait or state forgiveness of others (Ahmed & Braithwaite, 2005, 2006; Nashori et al., 2017; Ogurlu & Sançam, 2018; Park et al., 2013; van Rensburg & Raubenheimer, 2015; Watson et al., 2015; Walters & Kim-Spoon, 2014). In contrast, motivations associated with lack of forgiveness and negative emotions seem to be positively linked to the victim going on to be a bully or cyberbully, perhaps even choosing a prior perpetrator of traditional bullying as target (König et al., 2010; Peets et al., 2013; Quintana-Orts & Rey, 2018; Safari et al., 2016; Watson et al., 2015).

### **Study 2: Forgiveness, depression, and suicidal behavior in adolescents: Gender differences in these relationships**

This research was designed to provide evidence on the relationships between dispositional forgiveness, measured through VIA-Y (Peterson & Seligman, 2004), and mental health in a sample of adolescents. Specifically, we aimed to extend knowledge of the relationships between forgiveness, depression, and suicidal ideation and behavior, including possible gender differences. The specific aim was twofold: first, to analyze the role of forgiveness in the relationship between depression and suicide risk, taking into account personality traits and age; second, to examine the extent to which this relationship varies by gender. The results indicated that in boys, but not girls, the positive relationship between depression and suicidal thoughts and behaviors weakened as forgiveness increased.

### **Study 3: Traditional bullying, cyberbullying and mental health in early adolescence: Forgiveness as a protective factor with respect to peer victimization**

The third study aimed to fill important gaps identified the systematic review carried out in the first study. The purpose of this study was to explore the relationships between bullying, mental health (i.e. satisfaction with life and suicidal ideation and behaviors) and forgiveness among early adolescents. Moderation of the relationship between both forms of victimization and mental health by forgiveness was analyzed,

taking into account concurrent forms of victimization and sociodemographic variables (i.e., age and sex).

The results were in accordance with previous studies: forgiveness was positively related to satisfaction with life and negatively associated with suicide risk. Bullied adolescents with high levels of forgiveness reported fewer mental health problems than those with lower levels of forgiveness. Specifically, victims of traditional bullying and cyberbullying who reported high levels of forgiveness were more likely to report high life satisfaction. Similarly, adolescent victims of traditional bullying who reported high forgiveness also reported lower levels of suicidal ideation and suicidal behavior.

**Study 4: Forgiveness and cyberbullying in adolescence: Does willingness to forgive help minimize the risk of becoming a cyberbully?**

The fourth study aimed to fill the gap found in understanding of the association between forgiveness and cyberbullying aggression that was found in the first study. On the basis that having been a victim of cyberbullying is the strongest predictor of engaging in cyberbullying, this research attempted to analyze the potentially buffering role of forgiveness.

The results indicated that forgiveness was a negative predictor of cyberbullying aggression, even after accounting for variance attributed to cybervictimization, sex and grade. Furthermore, forgiveness was found to moderate the positive relationship between cybervictimization and cyberbullying aggression, which was weaker in the context of high forgiveness than in the context of low forgiveness.

**5.3.2. General discussion**

Taken together, the four studies presented in this dissertation provide support for the notion that forgiveness functions as a personal resource (Peterson & Seligman, 2004), can be used for coping with the stress and negative emotional impact of bullying and cyberbullying (Egan & Todorov, 2009; Worthington & Scherer, 2004). We found that

adolescents with higher levels of forgiveness report less bullying aggression and better mental health.

According to the stress-and-coping model (Lazarus & Folkman, 1984), developed further by Worthington and Scherer (2004), (1) lack of forgiveness stimulates stress reactions; (2) forgiveness is one of many ways to deal with 'unforgiveness'; (3) forgiveness decreases the stress responses associated with an unforgiving attitude; (4) coping through forgiveness is linked to health. Bullying can be viewed as an interpersonal transgression that adolescents appraise to be a threat or a challenge, according to factors such as severity of the harm and the resources available to deal with the harm. Being bullied may elicit various physiological, behavioral, motivational, cognitive and emotional stress reactions. If the stressor (i.e. being bullied) is appraised as threatening and not easily manageable the victim will probably develop an unforgiving attitude and associated negative emotions and motivations, which can be alleviated in many ways, e.g. exacting revenge or avoiding the perpetrator (Kowalski et al., 2014). Amongst victims of bullying and cyberbullying an unforgiving attitude and negative emotions (e.g., resentment, anger, hostility) have been positively associated with mental health problems and with subsequent bullying aggression (König et al., 2010; Peets et al., 2013; Safari et al., 2016; Watson et al., 2015). According to the stress-and-coping theory of forgiveness, trait forgiveness may predispose adolescents to perceive more state forgiveness, which in turn acts as an effective emotion-focused coping strategy, decreasing the perceived threat of the bully and reducing the motivations and emotions associated with an unforgiving attitude in the bullying and cyberbullying context (Egan & Todorov, 2009; Skaar et al., 2016). Consistent with past findings (Egan & Todorov, 2009; Flanagan, Hoek, Ranter, & Reich, 2012; Freedman, 20018; Skaar et al., 2016; van der Wal et al., 2017), we found that high forgiveness scores inhibited aggression, reduced negative affect and increased use of conflict resolution and advice/support seeking strategies whilst reducing revenge-seeking.

Our findings confirmed prior research showing that adolescents with greater dispositional tendency to forgive might handle the negative affective states after an interpersonal transgression more successfully than their less forgiving peers, releasing negative emotions, thoughts, and behaviors and replacing them with more positive alternatives (Flanagan et al., 2012; Skaar et al., 2016). This, in turn, should reduce the psychological problems linked to be bullied and increase psychological wellbeing (Barcaccia et al., 2017; Böllmer et al., 2006; Flanagan et al., 2012; Liu et al., 2013; Nabuzoka et al., 2009; van Rensburg & Raubenheimer, 2015). In fact, most studies have shown that adolescents with high levels of forgiveness usually report these benefits, regardless of whether forgiveness is conceived as perceived from others, as a received advice, as self-forgiveness, or as trait or state forgiveness of others (Ahmed & Braithwaite, 2005, 2006; Nashori et al., 2017; Ogurlu & Sançam, in press; Park et al., 2013; van Rensburg & Raubenheimer, 2015; Watson et al., 2015; Walters & Kim-Spoon, 2014).

Together the first, second and third studies provide evidence that trait forgiveness protects mental health in adolescence, particularly in adolescence. The second and third studies are consistent with the literature reviewed in the first study; they showed that forgiveness has mental health benefits and that high trait forgiveness helps adolescents to manage the emotions and motivations associated with an unforgiving attitude. Specifically, the second study found that forgiveness reduced suicidal thoughts and behaviors in a sample of adolescents, whereas the third study reported that forgiveness reduced suicidal thoughts and behaviors and increased satisfaction with life in adolescent victims of bullying and cyberbullying.

The second study also showed gender differences in the benefits of forgiveness. These findings were consistent with previous studies, which have reported that the baseline levels of forgiveness differs between male and females, with females generally being more forgiving, whereas males often report vengeance following interpersonal

transgressions and offenses (Miller et al., 2008; Rey & Extremera, 2016). Gender differences in socialization and sex-specific coping mechanisms (Toussaint et al., 2015) might account for the gender differences in forgiveness. For instance, women are expected to show greater empathy, agreeableness and to make more use of emotion-oriented coping strategies, which may contribute to their generally higher baseline forgiveness scores (Rey & Extremera, 2016; Toussaint et al., 2015). At the same time, women seem to suffer more from stressful situations (e.g. more likely to experience negative feelings and to ruminate in the aftermath) than men, which may affect the health benefits they obtain from forgiveness (Toussaint et al., 2015). Prospective and longitudinal studies are needed to determine whether the sex differences found in this research are maintained throughout adolescence and the life cycle.

The results of the third study confirmed that forgiveness buffers against the mental health impact of traditional and online bullying, increasing psychological adjustment and wellbeing. However, it seems that forgiveness has more impact in cases of traditional bullying. This may be related to the severity of the impact of bullying on the victim, as traditional bullying generally tends to be more highly correlated with negative emotions than cyberbullying (Gerlsma & Lugtmeyer, 2018; Slonje & Smith, 2017). Future research should look into these variables (i.e. the severity of the offense and the negative emotions related) to determine their impact on forgiveness after bullying and cyberbullying experiences.

Another issue evaluated in this dissertation is whether forgiveness is particularly important in reducing aggressiveness. In the first study we found that various indices of forgiveness were negatively associated with bullying and violent behavior. The fourth study focused on dispositional forgiveness and cyberbullying aggression confirmed earlier research indicating that forgiveness may help adolescents to manage the stressful emotions, cognition and behaviors associated with an unforgiving attitude and

aggressiveness (Flanagan et al., 2012, Watson et al., 2015). It is well established that being bullied increases the risk of experiencing negative emotions and motivations (Ak et al., 2015; Egan and Todorov, 2009) which, in turn, increase the likelihood of engagement in violence, including becoming a bully oneself (Gerlsma & Lugtmeier, 2018). Trait forgiveness appears to help reduce this affective aggressiveness which, in turn, should decrease the likelihood of victims seeking vengeance by becoming cyberbullies themselves. Encouraging adolescent victims of online bullying, who may go onto become cyberbullies, to forgive their bullies might help them to manage their negative actions, emotions, and thoughts and to deal with interpersonal transgressions (Hui et al., 2011).

### **Limitations and future research areas**

Although this dissertation highlights the importance of forgiveness as a way of reducing bullying and mitigating its consequences it has limitations that need to be acknowledged. Firstly, given the cross-sectional nature of the studies it describes, causal inferences or conclusions based on the results should be interpreted with caution. Although the results are grounded in empirical and theoretical evidence, future research using experimental or longitudinal designs would help to generalize them. For example, it would be interesting to examine how the impact of forgiveness on psychological adjustment after traditional bullying and cyberbullying experiences changes over time.

Secondly, the use of self-report measures may have inflated the associations observed between instruments due to social desirability bias. Researchers interested in exploring these issues further should consider taking into account other variables and factors related to forgiveness, such as the severity of the offense or rumination (e.g., Gerlsma & Lugtmeier, 2018; Ysseldyk, Matheson, & Anisman, 2007). Future research into the development of forgiveness should incorporate those and others variables related to beliefs about aggression and forgiveness. For example, it would be interesting to develop ability measures of forgiveness (e.g., performance-based ability measure) that capture an individual's real ability to forgive rather than the adolescents' subjective perception of how

they forgive. Finally, the samples had similar, balanced sex distributions but were mainly drawn from the same geographic location (i.e. province of Malaga), so the results should only be generalized the Spanish adolescent population with caution. In addition, these studies involved only adolescents from general population and their levels of victimization (studies 3 and 4), further research is required to investigate the influence of forgiveness on victims of bullying, perpetrators and bystanders, and, even, on clinical samples (e.g. diagnosed depression). Such research would provide a better test of the influence of forgiveness, in particular the putative benefits, and could be used to improve the effectiveness of forgiveness interventions and therapeutic treatments.

### **Practical implications**

Despite its several limitations, this dissertation sheds light on practical implications of promoting forgiveness as a way of reducing cyberbullying and bullying, preventing peer aggression and promoting psychosocial adjustment. Adolescent victims of bullying who report high levels of forgiveness tend to have fewer mental health problems that can be associated with this interpersonal transgression. This suggests that forgiveness could be taught in schools as a strategy for dealing with bullying and cyberbullying and has the potential to supplant attempts to obtain justice, such as seeking revenge (Gollwitzer, 2009; Govier, 2002). Moreover, the findings from this study also suggest that involving family and peers in the development of forgiveness in adolescence is helpful (Ahmed & Braithwaite, 2005; Watson et al., 2015). Whole-school forgiveness programs, in which teachers, parents and students all participate, may be a good method of preventing bullying.

The literature illustrates prevention and treatment programs should place more emphasis on developing the social and emotional skills of both bullies and victims (Ortega et al., 2012). Forgiveness education addresses potential root causes of aggressive behavior (Skaar et al., 2016) and teachers and counselors delivering forgiveness education programs should tackle underlying causes of anger and negative emotions about previous hurt, in



order to help victims develop a more effective, emotion-focused coping strategy and to improve the emotional, cognitive and behavioral regulation of bullies or potential bullies. Bullies and others who display aggression should learn to take the perspective of others and take responsibility for their acts, thereby learning to understand and cope with possible root causes such as unresolved emotions and lack of forgiveness (e.g. anger related to a previous hurt; Skaar et al., 2016). Since previous research on forgiveness interventions have found that increasing forgiveness reduces stressful and negative responses to interpersonal transgressions and the risk of violence and aggressive behaviors (Freedman, 2018; Hui & Chau, 2009; Park et al., 2013), this line seems worthwhile attention.

Forgiveness also appears to help victims of bullying to cope with the experience and is often associated to with a decrease in psychological problems (e.g. Flanagan et al., 2012; Liu et al., 2013). Forgiveness programs should help victims to better understand what forgiveness is and how it may help to protect them from future unhealthy relationships (Akhtar & Barlow, 2016). In this sense, a better knowledge of forgiveness would allow victims to change their perspective on the bullying gradually: to take a more positive cognitive perspective (e.g., giving up rumination on the transgression) and try to let go of emotions such as anger and resentment, without necessarily excusing, forgetting, condoning or becoming reconciled to the transgression (Freedman, 2018; Skaar et al., 2016). In short, forgiveness would help victims to learn about how it could have occurred (i.e. taking perspective of the hurtful behavior), to recognize and manage their own emotions, and to develop empathy, which should reduce stress levels and lead to healthier emotional responses (Egan & Todorov, 2009) thus helping to prevent victims of bullying from reacting aggressively and becoming bullies themselves (i.e. bully-victims).

#### 5.4. General Conclusions

- In adolescent victims of bullying forgiveness is positively associated with mental health and negatively associated with bullying behaviors, whereas an unforgiving attitude is positively related to traditional and cyberbullying behaviors and negatively associated with mental health. In other words, forgiveness plays a key role in altering the cycle of aggression and negative outcomes among bullied adolescents.
- In adolescent victims of bullying and cyberbullying forgiveness is associated with better mental health, regardless of whether forgiveness is measured as a trait or situation-dependent variable.
- In general, girls report higher scores on measures of forgiveness than boys. However, forgiveness seems to have a greater beneficial effect on psychological adjustment in boys than in girls.
- Although being the victim of cyberbullying increases the risk that an individual will subsequently display aggression in the online environment, forgiveness protects against this increase in aggressiveness. Adolescent victims of cyberbullying who have high levels of forgiveness tend to be at lower risk of becoming perpetrators than those with lower levels of forgiveness.
- Understanding of forgiveness in the context of bullying and cyberbullying is in the early stages; more studies on the mechanisms relating forgiveness to different types of involvement in adolescent bullying are required.

## References

[Referencias]



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

**References [Referencias]**

- Ahmed, E., & Braithwaite, J. (2005). Forgiveness, shaming, shame and bullying. *Australian & New Zealand Journal of Criminology*, 38(3), 298–323.  
<http://doi.org/10.1375/acri.38.3.298>
- Ahmed, E., & Braithwaite, V. (2006). Forgiveness, reconciliation, and shame: Three key variables in reducing school bullying. *Journal of Social Issues*, 62(2), 347–370.  
<http://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2006.00454.x>
- Ak, Ş., Özdemir, Y., & Kuzucu, Y. (2015). Cybervictimization and cyberbullying: The mediating role of anger, don't anger me! *Computers in Human Behavior*, 49, 437–443.  
<http://doi.org/10.1016/j.chb.2015.03.030>
- Akhtar, S., & Barlow, J. (2018). Forgiveness therapy for the promotion of mental well-being: A systematic review and meta-analysis. *Trauma, Violence, & Abuse*, 19(1), 107–122.  
<http://doi.org/10.1177/1524838016637079>
- Antoniadou, N., & Kokkinos, C. M. (2015). Cyber and school bullying: Same or different phenomena? *Aggression and Violent Behavior*, 25, 363–372.  
<http://doi.org/10.1016/j.avb.2015.09.013>
- Aranda Turpo, J., Ormaiche, V., & Elena, A. (2016). *Perdón y felicidad en adultos casados de una comunidad del distrito de Lurigancho-Chosica* (tesis pregrado). Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.
- Barboza, G. E. (2015). The association between school exclusion, delinquency and subtypes of cyber- and F2F-victimizations: Identifying and predicting risk profiles and subtypes using latent class analysis. *Child Abuse and Neglect*, 39, 109–122.  
<http://doi.org/10.1016/j.chiabu.2014.08.007>

## References [Referencias]

- Barcaccia, B., Howard, B., Pallini, S., & Baiocco, R. (2017). Bullying and the detrimental role of un-forgiveness in adolescents wellbeing. *Psicothema*, 29(2), 217-222.  
<http://doi.org/10.7334/psicothema2016.251>
- Bauman, S., & Newman, M. L. (2013). Testing assumptions about cyberbullying: Perceived distress associated with acts of conventional and cyber bullying. *Psychology of Violence*, 3(1), 27. <http://doi.org/10.1037/a0029867>
- Berry, J. W., Worthington, E. L. Jr., O'Connor, L. E., Parrott, L. III, & Wade, N. G. (2005). Forgivingness, vengeful rumination, and affective traits. *Journal of Personality*, 73(1), 183-226. <http://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2004.00308.x>
- Böllmer, J. M., Harris, M. J., & Milich, R. (2006). Reactions to bullying and peer victimization: Narratives, physiological arousal, and personality. *Journal of Research in Personality*, 40(5), 803-828. <http://doi.org/10.1016/j.jrp.2005.09.003>
- Borkar, V. N. (2016). Positive school climate and positive education: Impact on students' well-being. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 7(8), 861-862.
- Calmaestra, J., Escorial, A., García, P., Moral, C., Perazzo, C., & Ubrich, T. (2016). *Yo a eso no juego [I don't play that game] Bullying y Ciberbullying en la infancia*. Madrid: Save the Children.
- Card, N. A. (2018). Meta-analyses of the reliabilities of measures of forgiveness and humility. *Research in Human Development*, 15(1), 72-87.  
<http://doi.org/10.1080/15427609.2017.1411719>
- Casas, J.A., Del Rey, R., & Ortega-Ruiz, R. (2013). Bullying and cyberbullying: Convergent and divergent predictor variables. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 580-587.  
<http://doi.org/10.1016/j.chb.2012.11.015>

- Castillo-Pulido, L. E. (2011). El acoso escolar. De las causas, origen y manifestaciones a la pregunta por el sentido que le otorgan los actores. *Magis, Revista Internacional de Investigación en Educación*, 4(8), 415-428.
- Cook, C. R., Williams, K. R., Guerra, N. G., Kim, T. E., & Sadek, S. (2010). Predictors of bullying and victimization in childhood and adolescence: A meta-analytic investigation. *School Psychology Quarterly*, 25(2), 65-83.  
<http://doi.org/10.1037/a0020149>
- Craig, W., Harel-Fisch, Y., Fogel-Grinvald, H., Dostaler, S., Hetland, J., Simons-Morton, B., ... Nansel, T. (2009). A cross-national profile of bullying and victimization among adolescents in 40 countries. *International Journal of Public Health*, 54(2), 216-224.  
<http://doi.org/10.1007/s00038-009-5413-9>
- Defensor del Pueblo-UNICEF (2000). *Violencia escolar: el maltrato entre iguales en la Educación Secundaria Obligatoria*. C. Del Barrio, E. Martín, I. Montero, L. Hierro, I. Fernández, H. Gutiérrez, & E. Ochaíta. Madrid: Defensor del Pueblo.
- Defensor del Pueblo-UNICEF (2007). *Violencia escolar: el maltrato entre iguales en la Educación Secundaria Obligatoria 1999-2006. Nuevo estudio y actualización del informe del 2000*. C. del Barrio, M.A. Espinosa, E. Martín, & E. Ochaíta. Madrid: Defensor del Pueblo.
- Del Rey, R., & Ortega, R. (2007). Violencia escolar: claves para comprenderla y afrontarla. *Escuela Abierta*, 10(1), 77-89. Recuperado de:  
<http://ea.ceuandalucia.es/index.php/EA/article/view/98>
- Díez Deustua, P. (2015). *Factores relacionados con el perdón: características de la ofensa, del ofensor y del ofendido* (tesis doctoral). Universidad Internacional de Cataluña, Cataluña, España.

- Egan, L. A., & Todorov, N. (2009). Forgiveness as a coping strategy to allow school students to deal with the effects of being bullied: Theoretical and empirical discussion. *Journal of Social and Clinical Psychology, 28*(2), 198–222.  
<http://doi.org/10.1521/jscp.2009.28.2.198>
- Elipe, P., Mora-Merchán, J. A., Ortega-Ruiz, R., & Casas, J. A. (2015). Perceived emotional intelligence as a moderator variable between cybervictimization and its emotional impact. *Frontiers in Psychology, 6*:486.  
<http://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00486>
- Enright, R. D., Knutson, J. A., Holter, A. C., Baskin, T., & Knutson, C. (2007). Waging peace through forgiveness in Belfast, Northern Ireland II: Educational programs for mental health improvement of children. *Journal of Research in Education, 17*(1), 63–78.
- Farrington, D. P., & Baldry, A. (2010). Individual risk factors for school bullying. *Journal of Aggression, Conflict and Peace Research, 2*(1), 4–16.  
<http://doi.org/10.5042/jacpr.2010.0001>
- Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2009). How to reduce school bullying. *Victims & Offenders, 4*(4), 321–326. <http://doi.org/10.1080/15564880903227255>
- Fernández-Capo, M., Recoder, S., Gómez-Benito, J., Gámiz, M., Gual, P., Díez, P., & Worthington, E. L. Jr. (2017). Exploring the dimensionality of the TRIM-18 in the Spanish context. *Anales de Psicología, 33*(3), 548–555.  
<http://doi.org/10.6018/analesps.33.2.264461>
- Finkel, E. J., Rusbult, C. E., Kumashiro, M., & Hannon, P. A. (2002). Dealing with betrayal in close relationships: Does commitment promote forgiveness? *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(6), 956–974. <http://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.956>



- Flanagan, K. S., Vanden Hoek, K. K., Ranter, J. M., & Reich, H. A. (2012). The potential of forgiveness as a response for coping with negative peer experiences. *Journal of Adolescence*, 35(5), 1215-1223. <http://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.04.004>
- Franks, J., Rawana, E., & Brownlee, K. (2013). The relationship between strengths in youth and bullying experiences at school. *Educational and Child Psychology*, 30(4), 44-58.
- Freedman, S. (2018). Forgiveness as an educational goal with at-risk adolescents. *Journal of Moral Education*, 47(4), 415-431. <http://doi.org/10.1080/03057240.2017.1399869>
- Gaffney, H., Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2019). Evaluating the effectiveness of school-bullying prevention programs: An updated meta-analytical review. *Aggression and Violent Behavior*, 45, 111-133. <http://doi.org/10.1016/j.avb.2018.07.001>
- Garaigordobil, M. (2018). *Bullying y Cyberbullying: Estrategias de evaluación, prevención e intervención*. Barcelona: Editorial UOC.
- Garaigordobil, M., & Oñederra, J. A. (2008). Estudios epidemiológicos sobre la incidencia del acoso escolar e implicaciones educativas. *Informació psicològica*, 94, 14-35.
- Garaigordobil, M., & Oñederra, J. A. (2010). *La violencia entre iguales*. Madrid: Pirámide.
- García-García, J., Ortega, E., de La Fuente, L., Zaldívar, F., & Gil-Fenoy, M. J. (2017). Systematic review of the prevalence of school violence in Spain. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 237(21), 125-129. <http://doi.org/10.1016/j.sbspro.2017.02.052>
- Gassó, A. M., Fernández-Cruz, V., Montiel, I., Martín-Fumadó, C., & Agustina, J. R. (2018). Retos forenses ante la cibercriminalidad social en menores. *Revista Española de Medicina Legal*. <http://doi.org/10.1016/j.reml.2018.11.003>
- Gerlsma, C., & Lugtmeijer, V. (2018). Offense type as determinant of revenge and forgiveness after victimization: Adolescents' responses to injustice and aggression. *Journal of School Violence*, 17(1), 16-27. <http://doi.org/10.1080/15388220.2016.1193741>

- Giménez, M. (2010). La medida de las fortalezas psicológicas en adolescentes (VIA-Youth): Relación con clima familiar, psicopatología y bienestar psicológico (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid, Facultad de Psicología, España. Recuperado de: <https://eprints.ucm.es/11578/1/T32253.pdf>
- Gladden, R. M., Vivolo-Kantor, A. M., Hamburger, M. E., & Lumpkin, C. D. (2014). *Bullying surveillance among youths: Uniform definitions for public health and recommended data elements, version 1.0*. Atlanta, GA: National Center for Injury Prevention and Control, Centers for Disease Control and Prevention and U.S. Department of Education.
- Gómez-Ortiz, O., Ortega-Ruiz, R. O., & Rodríguez-Hidalgo, A. J. R. (2017). Detectar y prevenir el acoso escolar: escuela y familia trabajando juntas. In A. J. Rodríguez Hidalgo, & R. Ortega Ruiz, (Eds.), *Acoso escolar, ciberacoso y discriminación: educar en diversidad y convivencia*, 1ª ed., (pp. 29-42). Madrid: Catarata.
- Hankin, B. L., Young, J. F., Abela, J. R., Smolen, A., Jenness, J. L., Gulley, L. D., ... Oppenheimer, C. W. (2015). Depression from childhood into late adolescence: Influence of gender, development, genetic susceptibility, and peer stress. *Journal of Abnormal Psychology*, 124(4), 803. <http://dx.doi.org/10.1037/abn0000089>
- Hawker, D. S. J., & Boulton, M. J. (2000). Twenty years' research on peer victimization and psychosocial maladjustment: A meta-analytic review of cross-sectional studies. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 41(4), 441-455. <http://doi.org/10.1111/1469-7610.00629>
- Heinemann, P.P. (1972). *Mobbing-grupvald bland barn och vuxna*. Estocolmo: Natur och Kultur.

- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2017). Cultivating youth resilience to prevent bullying and cyberbullying victimization. *Child Abuse & Neglect*, 73, 51–62.  
<http://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.09.010>
- Holt, M. K., Vivolo-Kantor, A. M., Polanin, J. R., Holland, K. M., DeGue, S., Matjasko, J. L., ... Reid, G. (2015). Bullying and suicidal ideation and behaviors: A meta-analysis. *Pediatrics*, 135(2), e496-e509.  
<http://doi.org/10.1542/peds.2014-1864>
- Hui, E. K. P., Tsang, S. K. M., & Law, B. C. M. (2011). Combating school bullying through developmental guidance for positive youth development and promoting harmonious school culture. *The Scientific World Journal*, 11, 2266–2277. <http://doi.org/10.1100/2011/705824>
- Jiménez-Barbero, J. A., Ruiz-Hernández, J. A., Llor-Zaragoza, L., Pérez-García, M., & Llor-Esteban, B. (2016). Effectiveness of anti-bullying school programs: A meta-analysis. *Children and Youth Services Review*, 61, 165–175.  
<http://doi.org/10.1016/j.childyouth.2015.12.015>
- Juvoven, J., & Gross, E. F. (2008). Extending the school grounds? Bullying experiences in cyberspace. *Journal of School Health*, 78(9), 496-505.  
<http://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2008.00335.x>
- Kaufman, T. M. L., Kretschmer, T., Huitsing, G., & Veenstra, R. (2018). Why does a universal anti-bullying program not help all children? Explaining persistent victimization during an intervention. *Prevention Science*, 19, 822-832.  
<http://doi.org/10.1007/s11121-018-0906-5>

- Kokkinos, C. M., & Kipritsi, E. (2012). The relationship between bullying, victimization, trait emotional intelligence, self-efficacy and empathy among preadolescents. *Social Psychology of Education, 15*(1), 41–58.  
<http://doi.org/10.1007/s11218-011-9168-9>.
- König, A., Gollwitzer, M., & Steffgen, G. (2010). Cyberbullying as an act of revenge? *Australian Journal of Guidance and Counselling, 20*(2), 210–224.  
<http://doi.org/10.1375/ajgc.20.2.210>
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin, 140*(4), 1073–1137. <http://doi.org/10.1037/a0035618>
- Kowalski, R. M., Limber, S. P., & McCord, A. (2018). A developmental approach to cyberbullying: Prevalence and protective factors. *Aggression and Violent Behavior, 45*, 20–32. <http://doi.org/10.1016/j.avb.2018.02.009>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York, NY: Springer.
- León-Moreno, C., Martínez-Ferrer, B., Musitu-Ochoa, G., & Moreno-Ruiz, D. (2019). Victimization and school violence. The role of the motivation of revenge, avoidance, and benevolence in adolescents. *Revista de Psicodidáctica*.  
<http://doi.org/10.1016/j.psicoe.2019.01.001>
- Liu, X., Lu, D., Zhou, L., & Su, L. (2013). Forgiveness as a moderator of the association between victimization and suicidal ideation. *Indian Pediatrics, 5*, 1–9.  
<http://doi.org/10.1007/s13312-013-0191-0>
- Llorent, V. J., Ortega, R., & Zych, I. (2016). Bullying and cyberbullying in minorities: Are they more vulnerable than the majority group? *Frontiers in Psychology, 7*:1507. <http://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01507>

- Mauger, P. A., Perry, J. E., Freeman, T., Grove, D. C., McBride, A. G., & McKinney, K. E. (1992). The measurement of forgiveness: Preliminary research. *Journal of Psychology and Christianity*, 11(2), 170-180.
- McCullough, M. E. (2008). *Beyond revenge: The evolution of the forgiveness instinct*. New York, NY: Jossey-Bass.
- McCullough, M. E., Fincham, F. D., & Tsang, J. A. (2003). Forgiveness, forbearance, and time: The temporal unfolding of transgression-related interpersonal motivations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 540-557.  
<http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.84.3.540>
- Menghi, M. S., Rodriguez, L. M., Tortul, M. C., & Moreno, J. E. (2017). Adaptación de la Escala de Probabilidad de Perdón a población adolescente argentina. *Interdisciplinario*, 34(2), 489-498.
- Modecki, K. L., Minchin, J., Harbaugh, A. G., Guerra, N. G., & Runions, K. C. (2014). Bullying prevalence across contexts: A meta-analysis measuring cyber and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health*, 55(5), 602-611.  
<http://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2014.06.007>
- Moore, S. E., Norman, R. E., Suetani, S., Thomas, H. J., Sly, P. D., & Scott, J. G. (2017). Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis. *World Journal of Psychiatry*, 7(1), 60.  
<http://doi.org/10.5498/wjp.v7.i1.60>
- Mullet, E., Barros, J., Usáï, V., Frongia, L., Neto, F., & Rivière Shafighi, S. (2003). Religious involvement and the forgiving personality. *Journal of Personality*, 71(1), 1-19. <http://doi.org/10.1111/1467-6494.t01-1-00003>

## References [Referencias]

- Nabuzoka, D., Rønning, J. A., & Handegård, B. H. (2009). Exposure to bullying, reactions and psychological adjustment of secondary school students. *Educational Psychology, 29*(7), 849-866. <http://doi.org/10.1080/01443410903326613>
- Neto, F., Pinto, M. C., & Mullet, E. (2007). Intergroup forgiveness: East Timorese and Angolan perspectives. *Journal of Peace Research, 44*(6), 711-728. <http://doi.org/10.1177/0022343307082067>
- Nolen-Hoeksema, S. (2012). Emotion regulation and psychopathology: The role of gender. *Annual review of clinical psychology, 8*, 161-187. <http://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143109>
- Ogurlu, U., & Sariçam, H. (2018). Bullying, Forgiveness and Submissive Behaviors in Gifted Students. *Journal of Child and Family Studies, 27*(9), 2833-2843. <http://doi.org/10.1007/s10826-018-1138-9>
- Olweus, D. (1973). *Hackkycklingar och översittare: Forskning om skolmobbing*. Stockholm: Almqvist & Wiksell.
- Olweus, D. (1978). *Aggression in the schools. Bullies and whipping boys*. London: John Wiley & Sons.
- Olweus, D. (1999). Sweden. In P. K. Smith, Y. Morita, J. Junger-Tas, D. Olweus, R. Catalano, & P. Slee (Eds.), *The nature of school bullying: A cross-national perspective* (pp. 7-27). New York, NY: Routledge.
- Ortega, R. (2010). *Agresividad injustificada, bullying y violencia Escolar*. Madrid: Alianza Editorial.
- Ortega, R., Elipe, P., Mora-Merchán, J. A., Genta, M. L., Brighi, A., Guarini, A., ... Tippett, N. (2012). The emotional impact of bullying and cyberbullying on victims: A European cross-national study. *Aggressive Behavior, 38*(5), 342-356. <http://doi.org/10.1002/ab.21440>

- Ortega, R., Elipe, P., Mora-Merchán, J., Calmaestra, J., & Vega, E. (2009). The emotional impact on victims of traditional bullying and cyberbullying: A study of Spanish adolescents. *Zeitschrift für Psychologie/Journal of Psychology*, 217, 197-204. <http://doi.org/10.1027/0044-3409.217.4.197>
- Park, J. H., Enright, R. D., Essex, M. J., Zahn-Waxler, C., & Klatt, J. S. (2013). Forgiveness intervention for female South Korean adolescent aggressive victims. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 34(6), 268-276. <http://doi.org/10.1016/j.appdev.2013.06.001>
- Parkins, I. S., Fishbein, H. D., & Ritchey, P. N. (2006). The influence of personality on workplace bullying and discrimination. *Journal of Applied Social Psychology*, 36(10), 2554-2577. <http://doi.org/10.1111/j.0021-9029.2006.00117.x>
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York, NY: Oxford University Press.
- Piñuel, I., & Oñate, A. (2006). La evaluación y diagnóstico del mobbing o acoso psicológico en la organización: el barómetro Cisneros. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 22(3), 309-332.
- Piquero, A. R., Piquero, N. L., & Underwood, M. K. (2017). Correlates of – and consequences for – bully-victims in a sample of serious adolescent offenders. *Youth Violence and Juvenile Justice*, 15(4), 359-373. <http://doi.org/10.1177/1541204016657396>
- Proctor, C., Tsukayama, E., Wood, A. M., Maltby, J., Eades, J. F., & Linley, P. A. (2011). Strengths gym: The impact of a character strengths-based intervention on the life satisfaction and well-being of adolescents. *The Journal of Positive Psychology*, 6(5), 377-388. <http://doi.org/10.1080/17439760.2011.594079>

- Quintana-Orts, C., Rey, L., Mérida-López, S., & Extremera, N. (2019). What bridges the gap between emotional intelligence and suicide risk in victims of bullying? A moderated mediation study. *Journal of Affective Disorders*, 245, 798-805. <http://doi.org/10.1016/j.jad.2018.11.030>
- Rey, L., & Extremera, N. (2016). Agreeableness and interpersonal forgiveness in young adults: The moderating role of gender. *Terapia Psicológica*, 34(2), 103-110. <http://doi.org/10.4067/S0718-48082016000200003>
- Riek, B. M., & Mania, E. W. (2012). The antecedents and consequences of interpersonal forgiveness: A meta-analytic review. *Personal Relationships*, 19(2), 304-325. <http://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2011.01363.x>
- Rye, M. S., Loiacono, D. M., Folck, C. D., Olszewski, B. T., Heim, T. A., & Madia, B. P. (2001). Evaluation of the psychometric properties of two forgiveness scales. *Current Psychology*, 20(3), 260-277. <http://doi.org/10.1007/s12144-001-1011-6>
- Safaria, T., Tentama, F., & Suyono, H. (2016). Cyberbully, cybervictim, and forgiveness among Indonesian high school students. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 15(3), 40-48.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. <http://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Serrano, A., & Iborra, I. (2005). *Informe violencia entre compañeros en la escuela*. Centro Reina Sofía para el Estudio de la Violencia. España: Goaprint, S.L.
- Serrano, I., Prieto-Ursúa, M., & López, J. (2018). Educar en el perdón. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, 374, 28-33. <http://doi.org/pym.i374.y2018.004>



- Sigurdson, J. F., Undheim, A. M., Wallander, J. L., Lydersen, S., & Sund, A. M. (2015). The long-term effects of being bullied or a bully in adolescence on externalizing and internalizing mental health problems in adulthood. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 9:42. <http://doi.org/10.1186/s13034-015-0075-2>
- Skaar, N. R., Freedman, S., Carlon, A., & Watson, E. (2016). Integrating models of collaborative consultation and systems change to implement forgiveness-focused bullying interventions. *Journal of Educational and Psychological Consultation*, 26(1), 63–86. <http://doi.org/10.1080/10474412.2015.1012672>
- Slonje, R., Smith, P. K., & Frisén, A. (2013). The nature of cyberbullying, and strategies for prevention. *Computers in Human Behavior*, 29(1), 26-32. <http://doi.org/10.1016/j.chb.2012.05.024>
- Smith, P. K., & Brain, P. (2000). Bullying in schools: Lessons from two decades of research. *Aggressive Behavior*, 26(1), 1-9. [http://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-2337\(2000\)26:1%3C1::AID-AB1%3E3.0.CO;2-7](http://doi.org/10.1002/(SICI)1098-2337(2000)26:1%3C1::AID-AB1%3E3.0.CO;2-7)
- Stapinski, L. A., Araya, R., Heron, J., Montgomery, A. A., & Stallard, P. (2015). Peer victimization during adolescence: Concurrent and prospective impact on symptoms of depression and anxiety. *Anxiety, Stress, & Coping*, 28(1), 105-120. <http://doi.org/10.1080/10615806.2014.962023>
- Strelan, P. (in press). The stress-and-coping model of forgiveness: Theory, research, and the potential of dyadic coping. In Everett L. Worthington, Jr. & Nathaniel G. Wade (Eds.), *Handbook of forgiveness*, 2<sup>nd</sup> ed. (pp.). New York, NY: Routledge.
- Strelan, P., & Covic, T. (2006) A review of forgiveness process models and a coping framework to guide future research. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(10), 1059-1085. <http://doi.org/10.1521/jscp.2006.25.10.1059>

- Thomas, H. J., Connor, J. P., & Scott, J. G. (2015). Integrating traditional bullying and cyberbullying: challenges of definition and measurement in adolescents—a review. *Educational Psychology Review*, 27(1), 135-152.  
<http://doi.org/10.1007/s10648-014-9261-7>
- Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 277–287. <http://doi.org/10.1016/j.chb.2009.11.014>
- Toussaint, L. L., Worthington, E. L. Jr., & Williams, D. R. (2015). *Forgiveness and health: Scientific evidence and theories relating forgiveness to better health*. Dordrecht, The Netherlands: Springer. <http://doi.org/10.1007/978-94-017-9993-5>
- Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology*, 7(1), 27-56. <http://doi.org/10.1007/s11292-010-9109-1>
- Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2012). Risk and protective factors, longitudinal research, and bullying prevention. *New Directions for Youth Development*, 133, 85-98.  
<http://doi.org/10.1002/yd.20009>
- van der Wal, R. C., Karremans, J. C., & Cillessen, A. H. (2017). Causes and consequences of children's forgiveness. *Child Development Perspectives*, 11(2), 97-101.  
<http://doi.org/10.1111/cdep.12216>
- van Rensburg, E. J., & Raubenheimer, J. (2015). Does forgiveness mediate the impact of school bullying on adolescent mental health? *Journal of Child & Adolescent Mental Health*, 27(1), 25-39. <http://doi.org/10.2989/17280583.2014.955502>
- Vassilopoulos, S. P., Koutsoura, A., Brouzos, A., & Tamami, D. (2018). Promoting forgiveness in Greek preadolescents: A universal, school-based group

- intervention. *British Journal of Guidance & Counselling*.  
<http://doi.org/10.1080/03069885.2018.1527285>
- Vieira, M., Fernández, I., & Quevedo, G. (1989) Violence, Bullying and Counselling in the Iberian Península. In E. Roland, & E. Munthe (Eds.), *Bullying: An International Perspective* (pp. 35-52) London: David Fulton Publishers.
- Vivolo-Kantor, A. M., Martell, B. N., Holland, K. M., & Westby, R. (2014). A systematic review and content analysis of bullying and cyber-bullying measurement strategies. *Aggression and Violent Behavior*, 19(4), 423-434.  
<http://doi.org/10.1016/j.avb.2014.06.008>
- Wade, N. G., & Worthington, E. L. Jr. (2003). Overcoming unforgiveness: Is forgiveness the only way to deal with unforgiveness? *Journal of Counseling & Development*, 81(3), 343-353. <http://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2003.tb00261.x>
- Wade, N. G., Hoyt, W. T., Kidwell, J. E. M., & Worthington, E. L. Jr. (2014). Efficacy of psychotherapeutic interventions to promote forgiveness: A meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 82(1), 154-170.  
<http://doi.org/10.1037/a0035268>
- Walters, J. M., & Kim-Spoon, J. (2014). Are religiousness and forgiveness protective factors for adolescents experiencing peer victimization? *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 23(10), 1090-1108. <http://doi.org/10.1080/10926771.2014.964438>
- Watson, H., Rapee, R., & Todorov, N. (2017). Forgiveness reduces anger in a school bullying context. *Journal of Interpersonal Violence*, 32(11), 1642-1657.  
<http://doi.org/10.1177/0886260515589931>

- Webb, J. R., Toussaint, L., & Conway-Williams, E. (2012). Forgiveness and health: Psycho-spiritual integration and the promotion of better healthcare. *Journal of Health Care Chaplaincy*, 18(1-2), 57-73.  
<http://doi.org/10.1080/08854726.2012.667317>
- Worthington, E. L. Jr. (2006). *Forgiveness and reconciliation: Theory and application*. New York: Brunner-Routledge.
- Worthington, E. L. Jr., & Scherer, M. (2004). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: Theory, review and hypotheses. *Psychology and Health*, 19(3), 385-405.  
<http://doi.org/10.1080/0887044042000196674>
- Worthington, E. L. Jr., Lavelock, C., Witvliet, C. O. V., Rye, M. S., Tsang, J.-A., & Toussaint, L. (2015). Measures of forgiveness: Self-report, physiological, chemical, and behavioral indicators. In G. J. Boyle, D. H. Saklofske, & G. Matthews (Eds.) *Measures of Personality and Social Psychological Constructs* (pp. 474-502). Amsterdam: Elsevier.
- Ybarra, M. L., & Mitchell, K. J. (2004). Online aggressor/targets, aggressors, and targets: A comparison of associated youth characteristics. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(7), 1308-1316. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1469-7610.2004.00328.x>.
- Ysseldyk, R., Matheson, K., & Anisman, H. (2007). Rumination: Bridging a gap between forgivingness, vengefulness, and psychological health. *Personality and Individual Differences*, 42, 1573-1584. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.10.032>
- Zych, I., Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2019). Protective factors against bullying and cyberbullying: A systematic review of meta-analyses. *Aggression and Violent Behavior*, 45, 4-19. <http://doi.org/10.1016/j.avb.2018.06.008>

Zych, I., Farrington, D. P., Llorent, V. J., & Ttofi, M. M. (2017). *Protecting children against bullying and its consequences*. Cham: Springer International Publishing.

<http://doi.org/10.1007/978-3-319-53028-4>

Zych, I., Ortega-Ruiz, R., & Del Rey, R. (2015a). Scientific research on bullying and cyberbullying: Where have we been and where are we going. *Aggression and Violent Behavior*, 24, 188-198. <http://doi.org/10.1016/j.avb.2015.05.015>

Zych, I., Ortega-Ruiz, R., & Del Rey, R. (2015b). Systematic review of theoretical studies on bullying and cyberbullying: Facts, knowledge, prevention, and intervention. *Aggression and Violent Behavior*, 23, 1-21.

<http://doi.org/10.1016/j.avb.2015.10.001>



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA